Cristian Andrei

Din cuprins:
Sexul planificat
Egoism şi iubire
Dimensiunea publică a sexului
Cum se poartă un satir
Ejacularea precoce
Când sexul e o formă de abuz

ISBN 973 – 50 – 0151 – 9 ISBN 973 – 50 – 0153 – 5

HUMANITAS
junior
DR. CRISTIAN ION ANDREI
LECŢII PARTICULARE
Cum să iei în serios viaţa sexuală
VOLUMUL AL II-LEA Ilustraţii de ION BARBU
HUMANITAS
BUCUREŞTI
(QkW Lofe
Coperta
IOANA DRAGOMIRESCU MARDARE
Foto copertă
GULIVER

Situaţii erotice

Pe mine mă pasionează relaţiile interumane. Ele ne pot supune unor situaţii de o diversitate infinită, nelăsându-ne să le trăim prin ceilalţi. De aceea, tinerii nu au posibilitatea de a învăţa prea multe din experienţa adulţilor, ci mai degrabă din propriile trăiri... Cu toate acestea, ei sunt încântaţi să-i audă povestind despre viaţa lor intimă, căci – pe lângă încrederea pe care o demonstrează acest gest – confidenţa implică şi o lărgire a

orizontului de cunoaştere.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale ANDREI, CRISTIAN ION

Lecţii particulare. Cum să iei în serios viaţa sexuală / dr. Cristian Ion Andrei. Bucureşti: Humanitas, 2001

2 voi; 20 cm (Humanitas Junior)

ISBN 973 – 50 – 0151 – 9 Vol. II – 2001, p. 216 – ISBN 973 – 50 – 0153 – 5 613.88: 3 – 053.6

ISBN 973 – 50 – 0151 – 9 ISBN 973 – 50 – 0153 – 5

Ovidiu o iubeşte pe Ana de vreo cinci ani. Numai că ea locuieşte la vreo 300 km de el. Are un grup de prietene cu care umblă prin discoteci, iar uneori bea peste măsură şi o apucă jalea gândindu-se cât de singură este. Atunci îl sună pe Ovidiu şi-l cheamă să facă dragoste. El călătoreşte o noapte întreagă, o găseşte în stare „ebrioasă" (adică beată de-a binelea), fac un sex din care ea nu-şi aminteşte mare lucru, apoi se ceartă teribil. Ana îl alungă pentru totdeauna, deşi ştie că-l va mai suna când va avea nevoie de sufletul lui cald. Ovidiu mi-a povestit că singura dată când s-au înţeles realmente bine se aflau la el acasă, într-o săptămână de vacanţă, dragoste şi sex.

La prima mea întâlnire cu Ana, era evident că nu punea mare preţ pe aspectul ei fizic. Stătea pe canapea cu jumătate de fund, îşi ţinea mâinile între genunchi şi nu mă privea când vorbea, ci doar când vorbeam eu, pândindu-mi fiecare gest. În doar două ore a reieşit clar că în trecutul Anei se petrecuse un viol şi că avea o părere foarte proastă despre bărbaţi. Era convinsă că bărbaţii nu pot iubi şi, dacă vrei să te înţelegi cu unul, trebuie să faci sex cu el. Cum avea nevoie de multă afecţiune de la Ovidiu, i se adresa pe canalul sexual, deşi ura atât de mult să facă sex…

Amor cu ochii închişi

Sexul cu ochii închişi este un fel de a te confrunta cu

realitatea din pat. Dar nu te speria, căci mulţi oameni închid ochii la o oră sau alta a „nopţii” în care fac dragoste...

Ceva necunoscut şi mare!

Atunci când în preajma unui copil de trei ani vine un căţel care latră tare, părând c-ar vrea să-l muşte, el face exact ceea ce un adult n-ar face niciodată: închide ochii. Pentru acest copil, pericolul de lângă el dispare dacă închide ochii şi nu-l mai vede. Ce legătură o fi între acest instinct prezent în dezvoltarea copilului şi faptul că voi faceţi dragoste cu ochii închişi? Păi, închipuiţi-vă că uneori însuşi partenerul sau faptele lui îţi inspiră pericol. Şi atunci o fi bine să închizi ochii? Nu contează dacă e bine, pentru că oricum faci cum îţi vine.

La om se adaugă frica de simbol

În viaţa de zi cu zi, frica este cea care îţi închide ochii. În viaţa sexuală, avem de-a face cu frica băieţilor de zona genitală a fetelor, dar şi cu frica fetelor de falus. Falusul este mult mai mult decât un organ sexual masculin; este simbolul forţei, al dominaţiei şi fecundităţii masculine. Şi uite-aşa, în conştiinţa fetelor se adună prea multe semnificaţii ale acestui simbol ca să-l mai şi privească direct, cu ochii deschişi.

Există şi o explicaţie fiziologică: *reflexele*

Când un om strănută, închide ochii. De multe ori se întâmplă aşa şi când el face dragoste. De exemplu, când o fată face dragoste în poziţia prin spate, are o uşoară senzaţie de durere, şi atunci închide ochii. Sau simte o ameţeală pentru că se apropie orgasmul, şi atunci iarăşi închide ochii. Sau, când un băiat simte o plăcere atât de mare încât i se contractă toţi muşchii corpului (tot reflex), închide şi el ochii.

Poate că e altceva decât dragoste!

O femeie poate să facă dragoste cu ochii închişi pentru că de fapt nu face dragoste. Ea face sex, iar cel cu

care face sex poate nici să nu existe ca partener, dar să fie o persoană cu care ea are o relaţie. Poate este relaţia de subordonare, poate este cea de condiţionare, iar atunci sexul prezent trebuie neapărat să dispară. Femeia respectivă suportă câteva minute realitatea, ştiind că acest lucru dureros sau penibil va trece. Cam aşa se întâmplă pe parcursul unui viol…

Mai ales când partenerul nu e perfect…

Atunci când cineva face dragoste cu ochii închişi, poate fi vorba şi de un ideal. Stai mai mulţi ani de zile fără să fi făcut dragoste măcar o dată şi-ţi închipui totuşi cum ar fi. Vezi un băiat înalt, cu un spate lat, sau o fată cu sâni frumoşi, şi iată eşti în pat cu celălalt sau cealaltă. Iar băiatul de lângă tine e puţin crăcănat, are spatele îngust şi plin de coşuri. Sau fata de lângă tine are sânii puţin lăsaţi, picioarele mai scurte, fundul mai mare. Atunci pe cine preferi să vezi? Pe cel ideal sau pe cel care e deja în faţa ta? Pe cel ideal nu-l poţi vedea decât cu ochii închişi.

O dată şi gata!

Oamenii se grăbesc foarte tare. Astăzi, ei se pot deplasa mai repede decât sunetul, iar informaţia pe care o preţuiesc atâta are o viteză uluitoare. Şi când eşti supus unei probe de perspicacitate, se ţine cont de rapiditatea cu care dai soluţii. Iar atunci când prezenţa sau faptele tale nu au mare valoare pentru cineva, acea persoană va spune că-şi pierde timpul cu tine. Dar când ajungi specialist de valoare sau om de afaceri, constaţi că principala ta grijă este transformarea timpului în bani, pentru că *Time is money*, cum spune vorbitorul de engleză.

Ca fata mare la măritat

Deşi această vorbă populară se referă la nerăbdarea fetelor, ea se potriveşte mult mai bine băieţilor. E adevărat că, o dată îndrăgostită sau măcar ataşată de bărbatul său, fata va dori să pună cât mai repede viaţa ei la picioarele acestuia, şi de aceea ar vrea să se mărite repede cu el. În

schimb, băiatul vrea să facă sex cât mai repede şi doar o dată, pentru că:

— Vrea să asimileze persoana acelei fete cât mai repede, pe calea cunoaşterii experienţiale. A asimila pe cineva înseamnă a te apropia, a interacţiona, a extrage beneficiile şi a trece mai departe.

— Nu vrea să-şi asume răspunderi sociale pe care nu le poate stăpâni (bunăoară căsătoria, o posibilă sarcină, securitatea materială/menţinerea cuplului etc.) La 14 ani, un băiat poate face sex, dar nu poate întreţine o familie de cinci persoane, nu-i aşa?

— Adesea, el nu are motive proprii de a face sex, dar trebuie să dovedească unor cunoscuţi că e în stare s-o facă. De aceea, o face cât poate de puţin: o dată.

Situaţia tipică: *la chef*

Poate din acest ultim motiv, cele mai frecvente situaţii în care tinerii fac sex la întâmplare sunt cele legate de petreceri. Lume multă, majoritatea fiind persoane cu care tânărul trebuie să se compare. Dacă părinţii gazdei au lăsat liber dormitorul, baia, sau măcar cămara, a doua zi te poţi trezi cu o întrebare de genul: „Ei, i-ai pus-o tipei cu care dansai?” Iar această întrebare vine de la unul dintre concurenţii tăi cei mai înverşunaţi. De altfel, nu ştiu dacă ai observat, dar când te afli la o petrecere fără concurenţi, nu se „lipeşte” nimic de tine.

E drept, la un chef trebuie adăugată şi băutura; ea produce dezinhibiţia de care are nevoie o activitate sexuală facilă şi tot ea favorizează comunicarea dintre potenţialii parteneri sexuali. În Antichitate şi Evul Mediu, orgia era la mare modă; constituită ca recul în faţa stricteţei morale impuse de religie, orgia avea ca deznodământ sexul la întâmplare, între parteneri care nu se cunoşteau neapărat şi care nici nu trebuiau neapărat să continue acea relaţie în viitor. Iar mai târziu, cei care fac sex în noaptea unei petreceri nu-şi amintesc numele

partenerului sau felul în care l-au cunoscut. La această amnezie poate contribui din plin şi mahmureala, dar principala ei cauză este delimitarea invitaţilor de restul lumii la petrecerea respectivă.

A fost odată ca niciodată

Deşi ai făcut dragoste doar odată cu o persoană anume, ai putea spune că acelea au fost cele mai frumoase clipe din viaţa ta. Şi asta în timp ce alte persoane se chinuie luni de zile să te facă fericit. E nedrept, dar acest lucru are o explicaţie: noaptea de dragoste a fost un eveniment care nu poate fi alterat prin repetare. Dacă aţi face dragoste a doua oară, ar fi destul de probabil să spui că nu a mai fost aşa de bine. La asta se adaugă satisfacţia de a face ceva interzis, senzaţia de libertate, plus ideea că te desfăşori între limitele tale, fără să-ţi mai baţi capul cu prietenii, sarcini nedorite, căsătorii şi alte complicaţii sociale.

Cu ce rămâi

Un singur contact sexual cu o persoană necunoscută ar putea să aibă mult doritul efect de confirmare ca partener valabil. Din punct de vedere psihologic, confruntarea cu o situaţie nouă pare să aibă o valoare mai mare decât repetarea unei situaţii cunoscute, căci presupune o maximă capacitate de adaptare. Mai mult, pentru un băiat ea nu înseamnă doar performanţă într-o situaţie nouă/ci şi parcurgerea unui ritual de condensare a unei relaţii cu o femeie pe parcursul a doar câteva ore. Iar acest lucru exprimă aceeaşi situaţie jenantă: societatea impune prea multe consecinţe unui tânăr care vrea să facă sex, fără să-l ajute să se confrunte cu aceste consecinţe. În ceea ce-o priveşte pe fată, ea nu trage niciun beneficiu din partida de sex cu un necunoscut, o singură dată. Dacă simte ceva pozitiv faţă de un astfel de eveniment, asta este pentru că speră că el va duce la ceva în viitor. Ea îşi va aminti mulţi ani ceea ce a fost frumos, în timp ce băiatul va

uita destul de repede şi va căuta noi confirmări. Dar există o situaţie şi mai delicată decât atât:

Când o dată *e prima dată*

Se întâmplă des ca fata cu care un băiat vrea să facă sex doar o dată să fie pur şi simplu virgină. Poate că ea îşi doreşte foarte mult să facă dragoste cu acel băiat, pentru că el este drăguţ şi pare iubitul perfect. În plus, mai toţi băieţii aflaţi la începutul relaţiei cu o fată ştiu să fie fermecători. De aceea, fetei ar putea să-i placă pentru totdeauna un astfel de băiat. Dar ea ar trebui să ştie că el nu e dispus să facă eforturi pentru mult timp dacă nu primeşte compromisuri sexuale în schimb. Iar băiatul ar trebui să ştie că, dacă pentru el e o performanţă să facă sex cu o virgină, pentru virgină „prima dată" nu înseamnă mare lucru. Există chiar şi o situaţie tipică, pe care americanii o numesc „sindromul Peggy Lee", denumit astfel după unul dintre cântecele ei, având refrenul: „Is *that all there is*?", adică „Asta-i tot?" El exprimă dezamăgirea fetei în urma primului contact sexual, pe care ea îl investise cu multe aşteptări.

Sexul pasiv

„Stai pe spate/ Şi las-o doar pe ea. / Stai pe spate, / E profesoara ta..."

Aşa sună, dragi prieteni, textul unui cântec românesc care era la modă prin vara lui 2000, text destul de supărător mai ales la adresa celor care fac dragoste, nu sex.

Pasivitatea este un rol

În sexualitatea de tip european, partea pasivă este considerată a fi Ea, căci cel mai adesea ea stă şi el este cel activ. Se spune că, din cauza efortului fizic depus, el este cel îndreptăţit să obosească şi să adoarmă după contactul sexual. Parţial adevărat. Ar fi împotriva rolului sexual ca o fată să facă avansuri, mângâind şi încercând să-şi excite doar ea partenerul. De-a lungul timpului aşa s-a

împământenit: ca fata să fie cea căutată, curtată, selectată, excitată şi supusă unui preludiu din ce în ce mai intens, urmând ca, până la urmă, să poată lua şi ea iniţiativa.

Când devine femeia activă?

Momentul în care femeia are iniţiativa pe parcursul unui act sexual este cel în care începe să simtă plăcerea cu adevărat sexuală. Până atunci ea poate simţi un fel de incitare, confort, motivaţie, dar în niciun caz o plăcere irezistibilă. Când o femeie începe să mişte, dragi băieţi, să ştiţi că atunci simte plăcerea. Pe de altă parte, fetelor, atunci când faceţi dragoste puteţi să daţi din fund, din picioare, din urechi, dar s-ar putea să nu păreţi active, pentru că plăcerea trebuie exprimată prin toţi porii corpului, inclusiv prin voce.

Bărbatul pasiv, „ca un homosexual".

Când observă un băiat ale cărui mişcări nu inspiră forţă, ci pasivitate, fetele tind să afirme că el arată a homosexual. Asta pentru că felul în care se mişcă exprimă mai mult emoţii decât disponibilitate pentru acţiune. De aici putem deduce că stilul mişcărilor diferă net de la fată la băiat, ele făcând parte din inconfundabila comunicare non-verbală dintre sexe. Deşi băiatul pasiv s-ar supăra rău auzind aceste afirmaţii, el manifestă prin comportamentul său o capacitate rară în rândul bărbaţilor: empatia faţă de afectivitatea femeii. Iar eu sunt convins că tocmai de aceea homosexualii se pot lăuda că se înţeleg de minune cu fetele…

Pasiv, deci inhibat

Unii tineri obişnuiesc să spună: „Eu nu ştiu să fac sex, nu prea mă mişc, dar nu am nimic împotrivă să stau". Motivele pentru care unii oameni aleg atitudinea pasivă atunci când fac dragoste pot fi diverse. În primul rând poate fi vorba despre inhibiţie. Ea este într-un fel necesară pe parcursul diverselor acte fiziologice, apărând şi în dinamica actului sexual, mai ales la sfârşit, în postludiu,

când apare faza refractară. Dar unii oameni sunt inhibaţi de la un capăt la altul al actului sexual şi cu greu îi faci să se mişte. Atunci când acest lucru se întâmplă, se mişcă stângaci, iar când exprimă plăcerea, o fac într-un mod nepotrivit.

Pasiv, deci egoist

Un alt motiv pentru care un om poate manifesta o atitudine pasivă atunci când face dragoste este, bineînţeles, egoismul. De fapt, e vorba despre o exprimare genitală a egocentrismului. Dacă persoana respectivă are o genitalitate mult accentuată, atitudinile privind pasivitatea şi activitatea sunt destul de apropiate de extreme. Când fetele manifestă o puternică genitalizare (v. *Genitalizarea*, vol. I), ele se mişcă mult şi sunt destul de active; în schimb, băieţii cu genitalizare excesivă vor să stea, pentru ca totul să se desfăşoare în jurul organului lor sexual, şi de aceea încremenesc contemplându-şi propria plăcere furnizată de parteneră.

Alternaţi pasivitatea!

De multe ori, pasivitatea în timpul actului sexual reprezintă un fel de abatere de la etica acelui cuplu. De aceea, pare important ca cei doi parteneri să deprindă arta succesiunii armonioase a rolurilor (v. *Când apare excitaţia*, vol. I). Astfel, ea va învăţa să primească tandreţea lui, trecând apoi la rolul celălalt, de parte activă. El va şti să fie la început activ, primind apoi ceea ce oferă ea. Aceste atitudini corespund dinamicii plăcerii la cei doi: la femeie, plăcerea se instalează mai lent şi mai durabil; la bărbat, plăcerea se cere la început ponderată, apoi susţinută. Orice ai fi tu, fată sau băiat, nu uita:

aşa cum există o adevărată artă a contemplării tablourilor, există şi o artă a primirii plăcerii sexuale – atunci când joci rolul celui pasiv…

Sexul planificat

Să trecem acum de la extrema sexului pasiv la

cealaltă extremă, a sexului planificat. Cum ar putea o manifestare atât de spontană precum sexul să fie planificată cu minuţiozitate? Şi ce motive am avea noi să facem un astfel de gest? Unii motivează că populaţia Terrei a crescut numeric aşa de mult, încât este necesară o frânare a ritmului naşterilor. Ei îl citează pe Thomas Malthuss, care afirma cu mulţi ani în urmă că războaiele şi epidemiile sunt fenomene necesare contracarării unei suprapopulări a planetei. Alţii spun că obiectivul planificării este protejarea sănătăţii individuale şi colective, prin evitarea complicaţiilor ce pot surveni la apariţia unei sarcini nedorite.

Planificare familială

Conceptul de planificare familială este răspândit în lumea întreagă, el desemnând un ansamblu de metode medicale şi educative menite să facă din conceperea unui copil un act pe deplin conştient. În toate reşedinţele de judeţ din România există cabinete de planificare familială, amplasate de obicei în policlinici. Acolo găseşti specialişti în sănătatea reproducerii şi contracepţie, care pot răspunde întrebărilor de tipul: „Cum să trăiesc o viaţă sexuală normală, cu risc minim?”, „Care este cea mai potrivită metodă anticoncepţională pentru mine?”, „Ce trebuie să fac atunci când o sarcină se iveşte în viaţa mea?”

Metode contraceptive naturale

Printre metodele de evitare a unei sarcini nedorite există şi aşa-zisele „metode naturale”, numite astfel pentru că nu presupun vreo intervenţie asupra aparatului genital. Dintre acestea, cele mai practicate sunt metoda întreruperii actului sexual şi cea a calendarului.

Metoda întreruperii constă în retragerea sexului bărbatului din vagin în momentul anterior ejaculării, astfel încât sperma ajunge în afara corpului femeii, iar fecundarea nu mai poate avea loc. E clar că nu te poţi baza

pe această metodă, ştiut fiind faptul că, încă din primul minut al erecţiei, prin orificiul uretrei băiatului apare o picătură de secreţie a glandelor Cowper, care ar putea conţine şi spermatozoizi (v. *Secretul secreţiilor*, vol. I). În plus, nu poţi avea prea multă încredere în capacitatea unui băiat de a se controla în momentul apropierii orgasmului…

Sex după calendar

La rândul ei, metoda calendarului constă în planificarea sexului exclusiv în zilele în care femeia e sigură că nu va avea ovulaţie. Astăzi, ea nu mai este considerată o metodă contraceptivă sigură. Observând cu atenţie temperatura din vagin şi aspectul secreţiilor vaginale, o femeie ar putea să afle cu destulă exactitate care sunt zilele în care este fertilă, adică predispusă la sarcină în urma unui contact sexual. Pentru a pune în aplicare metoda calendarului, e nevoie de observarea vreme de 12 luni a regularităţii ciclurilor menstruale. Presupunând că lungimea ciclului este de 28 de zile, trebuie să scazi 20 de zile, pentru a afla care este începutul perioadei fertile. Astfel, dintr-a 8-a zi de la începutul ciclului e riscant să faci dragoste. Ceea ce înseamnă că, dacă sângerarea a ţinut 4 zile, mai ai doar 4 zile în care ai putea să faci sex fără a rămâne însărcinată. Şi tot nu poţi fi foarte sigură, căci rămâne totuşi un risc de 6%. Mai sigură este perioada anterioară ciclului următor; ea se calculează prin scăderea a 11 zile din durata ciclului, însă şi mai sigur e să iei în consideraţie doar ultimele 7 zile de până-n următoarea

Mâine, la ora cinci

Să lăsăm deoparte contracepţia şi să ne gândim la o altă raţiune de a-ţi planifica sexul. După ce fata şi băiatul ajung la concluzia că se doresc unul pe celălalt, începe o perioadă în care partida de sex pluteşte în aer. Ba chiar este promisă ferm, mai ales din partea băiatului, care spune: „Mâine, la ora cinci, când părinţii mei vor fi plecaţi,

voi face dragoste cu tine!” Nu e de mirare dacă, ajunşi în faţa acelei ore de dragoste, băiatul va avea o problemă de erecţie sau o ejaculare precoce, iar fata va simţi o frică teribilă. Şi atunci ce-ar fi mai bine să faci?

În primul rând să nu faci din sex un obiectiv cu dată fixă, mai ales atunci când el este ceva prea puţin cunoscut în viaţa ta sau a partenerei. În al doilea rând, amintindu-ţi importanta lege enunţată de Piaget, asociază ceea ce e nou cu ceea ce ţi-e cunoscut. Astfel, fraza ta va trebui să sune cam aşa: „Mâine la ora cinci părinţii mei vor fi plecaţi, iar eu te voi ţine iar în braţe”. Poate mai târziu, când ea va fi învăţat deja ce înseamnă să faci dragoste, îi vei putea comunica ora la care veţi face dragoste, iar ea va simţi o excitaţie crescândă pe măsură ce se apropie ceasul promis.

Când alţii hotărăsc pentru tine

O fi o greşeală să-ţi planifici ora de sex, dar e şi mai dăunător să-ţi planifice altcineva sexualitatea. Cei mai „buni” planificatori sunt de obicei aceia care nu prea au de-a face cu sexul: părinţii, bunicii şi chiar prietenii; în general oamenii „care-ţi vor binele”. De obicei, părinţii şi bunicii decid când să nu faci sex, iar prietenii decid când să faci sex. Cu excepţia câtorva coincidenţe, mai niciodată aceste decizii nu corespund dorinţelor tale. Ar fi minunat dacă ai putea decide singur, dar oare ai această capacitate? în literatura anglo-saxonă cu privire la management sunt folosiţi adesea termeni precum *informând decision* sau *informând consent*, adică decizie sau consimţământ dat în cunoştinţă de cauză. În cazul discutat de noi aici, cea mai bună atitudine posibilă este preluarea informaţiei de la binevoitori şi rezervarea dreptului la propria decizie.

Mintea de a doua zi

După ce ai făcut dragoste, s-ar putea să-ţi pară rău încă de a doua zi. De fapt, încă din primele cinci minute de

„după”, poţi începe să-ţi rozi unghiile, gândindu-te că s-ar putea ivi o sarcină nedorită, o boală cu transmitere sexuală sau un fel de catastrofă socială. Nu trebuie să fii psihiatru ca mine, ci doar un om chibzuit pentru a-ţi da seama că multe dintre consecinţele de a doua zi ar putea fi prevenite printr-o simplă comunicare încă dinainte de a face dragoste.

Când focul dorinţei s-a stins

Acum, că citeşti „la rece” această carte, îţi dai seama că în momentele de excitaţie sexuală conştiinţa ta suferă unele modificări calitative şi chiar cantitative (v. *Actul de identitate*, vol. I). Percepţiile sunt integrate altfel în aceste momente; vederea nu mai are ponderea cea mai mare, atenţia se deplasează către spaţiul intim, iar valorile se ierarhizează mai degrabă pe criterii instinctive (de aceea, ce spunea mama în urmă cu o zi cântăreşte mult mai puţin decât un sărut). Ai putea să realizezi în astfel de momente că între ziua a 10-a şi a 14-a a ciclului riscul de sarcină după un singur act sexual este de 20 – 30%? Sau că între zilele a 14-a şi a 17-a riscul de a avea o sarcină este de peste 50%? Nu, în niciun caz. În schimb, aceste cifre ţi-ar putea reveni în conştiinţă în faza refractară de după actul sexual. Atunci încep frământările, acuzaţiile şi vinovăţiile. Ele pot atinge cote atât de alarmante, încât apare riscul de a face prostii.

Sfalătura cu oţet

Cele mai mari prostii sunt acelea preluate din auzite. E adevărat că toate au câte un sâmbure de adevăr, rezultat din experienţele altora. Dar când preiei o soluţie din auzite, preiei doar rezultatul, fără să afli prea multe detalii tehnice sau informaţii despre posibilităţile de eşec. De exemplu, babele ştiu că, imediat după ce a făcut sex, o femeie poate diminua riscul de a rămâne însărcinată făcând spălaturi vaginale cu oţet sau introducând acolo o aspirină, care este tot acid. Poţi încerca o astfel de soluţie

disperată, dar vei simţi că vaginul te usturǎ de-ţi dau lacrimile. Asta pentru că, din auzite, nu ai preluat şi detaliul cu privire la concentraţia substanţei acide folosite ca spermicid: oţetul trebuie diluat până la 10%, pentru a nu produce inflamaţii vaginale. Spre deosebire de o babă, un medic ţi-ar recomanda preparate spermicide, care sunt mai eficiente, mai puţin riscante şi au avantajul de a oferi şi oarecare protecţie contra bolilor cu transmitere sexuală. Cele mai bune spermicide se prezintă sub forma unei spume care trebuie introdusă în profunzimea vaginului înainte sau chiar după actul sexual. Altele se găsesc sub formă de gel sau cremă, ele putând fi prezente şi pe prezervative sau pe alte dispozitive de protecţie plasate în vagin.

Pilula de a doua zi

Tot din auzite ştii că, aflându-te la mijlocul ciclului (în jurul celei de a 14-a zile) şi făcând sex fără protecţie, ai putea lua a doua zi o pilulă care să micşoreze riscul de a avea o sarcină nedorită. E adevărat: în primele 72 de ore după contactul sexual se poate administra în două reprize un preparat hormonal care împiedică instalarea sarcinii. Dar o astfel de pilulă poate fi luată şi înainte de contactul sexual; dacă ştii că există riscul de a fi asaltată sexual, poţi lua cu câteva ore înainte o astfel de pilulă, pentru a preveni instalarea unei sarcini nedorite. Trebuie să ai în vedere şi efectele adverse ale unei astfel de pilule, mai ales dacă o foloseşti în mod repetat. În primele ore de la administrare pot să apară greţuri destul de puternice şi chiar vărsături, iar dacă folosirea pilulei de a doua zi devine o regulă, ea poate duce la afectarea serioasă a venelor profunde. Pe lângă aceste efecte adverse, mai există o contraindicaţie importantă: o sarcină dorită, existentă în momentul administrării pilulei, care va fi periclitată de aceşti hormoni.

Măsuri precoce

Pentru a preveni instalarea sarcinii, medicul persan Al-Razi recomanda următoarele: „Imediat după ejaculare, cei doi se vor îndepărta. Femeia va strănuta de câteva ori, va striga de câteva ori şi va sări înapoi de şapte până la nouă ori” (săritul înainte era menit să crească şansele de a avea o sarcină, prin deplasarea spermei în profunzime). De-a lungul istoriei, acestor măsuri li s-au adăugat altele, precum spălaturile cu vin, cu zeamă de usturoi şi, mai recent, cu coca-cola... De fapt, cele mai sigure măsuri precoce sunt cele menţionate mai sus: spălătura vaginală, aplicarea profundă a unui gel spermicid şi prezentarea la cabinetul de planificare familială.

La rândul lor, după ce au făcut sex, bărbaţii se îngrijesc de aparatul lor genital făcând două gesturi foarte simple: cel de a se spăla şi cel de a urina. La acestea, ei ar trebui să adauge încă unul: acela de a merge împreună cu partenera la medic. Poate că aici, pe lângă spălaturi, geluri spermicide şi pilule, ar mai putea beneficia de o metodă de contracepţie destul de eficientă în cazul unui contact sexual neprotejat care a avut deja loc: instalarea unui sterilet în interval de cel mult cinci zile de la „eveniment”.

Mai bine mai devreme decât prea târziu

Una dintre cele mai eficiente metode de învăţare presupune încercarea, eroarea şi tragerea concluziilor. Poate de aceea mintea de a doua zi este ceva bun în viaţa unui tânăr. Dar sexualitatea înseamnă viaţă, poate chiar mai multe vieţi într-una singură, şi de aceea e important ca partenerii să facă ceva mai devreme de a doua zi, poate chiar înainte de a face dragoste... Dar o discuţie despre siguranţă în momentele cele mai fierbinţi este delicată. Iată ce ai putea discuta cu partenerul sau partenera ta încă dinainte de a face dragoste şi cam ce expresii ai putea folosi într-o astfel de situaţie:

— Despre perioada fertilă: „Crezi că se poate ivi un copil din ceea ce facem noi azi?”

— Despre existenţa unei boli cu transmitere sexuală: „Mă interesează dacă eşti pe deplin sănătos în perioada asta...”

— Despre teamă: „Ai destul curaj să faci dragoste cu mine?”

— Despre îndoială: „Ce pot face ca să te bucuri de mine?”

Observaţi că aceste întrebări sunt ceva mai ciudate decât cele folosite de obicei, având un caracter pozitiv, din care lipsesc ameninţarea, insulta, suspiciunea.

Sexul cu martori

Când am început să vorbim despre sexul planificat, ziceam că sunt destui aceia care „se bagă” în viaţa ta sexuală. Acum a venit momentul să ne referim şi la aceia care chiar asistă la momentele tale cele mai intime, fie că vor, fie că nu vor (în ceea ce te priveşte pe tine, ştiu că nu vrei).

Martora Margot

Margot era o studentă care nu avusese niciun prieten până-n ziua întâmplării relatate aici; nu se ştie cum găsea ea compensaţii pentru dragoste mergând la şcoală cu asiduitate şi plimbându-se prin parc singură. Cert este că, într-o zi, ea s-a întors la cămin ceva mai devreme decât era prevăzut. A intrat şi a văzut-o pe colega sa de cameră făcând dragoste cu un băiat. îl ştia. Era un băiat pe care îl văzuse îmbrăcat până atunci.

Iată cum povesteşte el momentul: „Am încremenit. De unde până atunci eram pe culmile unor valuri spumoase şi ne mângâiam foarte frumos, tot ce fusese mişcare s-a condensat într-un singur punct. Am dat fundul puţin mai înapoi şi-am strâns capul prietenei mele la pieptul meu, ca să nu vadă. Am închis ochii şi-am întrebat-o şoptit la ureche: «Ce facem?» „Margot rămăsese şi ea încremenită în uşă; nici nu intra, nici nu ieşea, ba se mai uitau şi alţii de pe hol la ceea ce se vedea înăuntru. Până la

urmă, Margot şi-a dat seama că cei doi îi sunt inferiori, pentru că arătau de parcă le dăduse cu o măciucă-n cap. După câteva secunde grele, Margot s-a înduplecat şi a ieşit. A revenit la cămin seara târziu şi n-a mai vorbit cu colega ei de cameră câteva zile.

Ţi-o poţi închipui pe mama ta făcând dragoste?

Îşi aminteşte vreunul sau vreuna dintre voi cât de mult vă doreaţi, când eraţi mici, să-i surprindeţi pe mama şi pe tata făcând dragoste? Foarte mulţi copii asistă la fragmente de scene sexuale între părinţi, nu numai uitându-se, ci şi ascultând. Mama se vaită şi tata gâfâie. De aici rezultă că tata îi face un rău mamei, ea nu se poate apăra şi poate are nevoie de ajutor. Tot de aici rezultă şi o întrebare foarte interesantă pentru un psihoterapeut: „Ţi-o poţi închipui pe mama ta făcând dragoste?” Adesea, imposibilitatea de a-şi închipui un astfel de episod grăieşte despre existenţa unei mărturii a copilului la sexul părinţilor.

De la acest episod, în care martorul este un copil, să trecem la o etapă mai târzie, când fetiţa cea mică a devenit o fată care află câte ceva despre sex. Această fată poate să meargă în tabără sau să stea la un internat, nefiind ea cea care face dragoste sau cea care mângâie şi este mângâiată de un băiat. Urăşte faptul că o altă fată face dragoste şi lasă să se audă. Îşi pune pernă-n cap. Se zvârcoleşte. A doua zi spune că n-a dormit deloc, s-a simţit foarte rău, o doare burta, i-e scârbă de mâncare şi nu mai vrea să stea în locul acela.

Mulţi, foarte mulţi băieţi se masturbează auzind sau văzând că se face dragoste. La urma urmei, efectul pseudoafro-disiac al imaginilor şi sunetelor din gama sexuală este arhicunoscut şi foarte des folosit, nu? Se şi spune: „Hai la mine să-ţi dau o cafea, să bem ceva şi să-ţi pun un film pe casetă”.

Unde-s mulţi, majoritatea sunt martori

Mai este şi sexul în grup. Îmi amintesc chiar (cu o oarecare ruşine) că odată, mergând printr-un oraş din Moldova, am întrebat o femeie unde se poate găsi o poştă, pentru că trebuia să dau un telefon la serviciu, şi a fost cât pe ce să primesc o poşetă în cap. Ce ştia ea şi nu ştiam eu era că tot „poştă” se numeşte şi situaţia în care o femeie face sex cu mai mulţi bărbaţi la rând, pe parcursul aceleiaşi partide.

Mulţi băieţi mi-au mărturisit fantasma de a face sex în grup. De ce? Pentru că, de multe ori, iniţierea în sex are loc la băieţi prin imitaţie. Când rostesc obscenităţi în cadru mai mult sau mai puţin organizat, băieţii o fac pentru că vor să-i imite pe ceilalţi. Şi atunci când încep să se masturbeze, băieţii se imită unii pe alţii. Ei nu au nicio plăcere de la bun început, dar vor să descopere plăcerea celorlalţi băieţi care au încercat acest lucru şi vor să intre în rândul lor. Tot aşa se întâmplă şi cu băieţii care vor să facă sex în grup. Nu e prea mare plăcere, pentru că dorinţa de a avea un partener în exclusivitate există în fiecare. Dar se poate întâmpla să ai nevoie să mai înveţi. Iar nevoia fundamentală care stă la baza fenomenului de observare a partidei de sex a altora este în primul rând cognitivă: nevoia de a şti, de a cunoaşte, de a vedea, de a învăţa şi de a proceda cel puţin la fel.

Tot aşa se întâmplă, bineînţeles, şi cu violul: în timpul violului există uneori şi alţi băieţi de faţă, la practica posibilelor perversiuni sexuale se adaugă şi această perversiune teribilă, cea mai grea pentru o fată: să fie privită fără voia ei atunci când face dragoste şi mai cu seamă când e violată. Pentru fată este cumplit; pur şi simplu îi dispare speranţa de a ascunde ceea ce s-a întâmplat. Confruntarea cu un singur agresor găseşte uneori mângâiere şi compensaţie, dar când sunt doi şi fata nu are cum să nu vadă cele *două* persoane, este groaznic.

Vaginism şi penis captivus

Există o reacţie tipică de apărare despre care spuneam mai sus că şi un copil mic o aplică atunci când este ameninţat de ceva: închide ochii, ca să nu mai existe acea situaţie teribilă, agresiunea să dispară, nemaifiind văzută. Bineînţeles că, surprinşi într-o situaţie erotică, oamenii pot adopta diverse stiluri: unii pot reacţiona cu furie: aruncă cu ceva, înjură cât pot de tare şi de urât, alţii şoptesc, sunt încurcaţi, se înroşesc sau devin palizi. Cert e că ceea ce era până atunci act sexual, din momentul acela este ratat. Băieţii nu mai pot, fetele simt chiar durere, pentru că multe dintre ele manifestă, atunci când sunt surprinse, ceea ce în ginecologie se numeşte vaginism, adică o contractură a vaginului care poate fi teribil de dureroasă. Când cei doi sunt surprinşi, cel mai repede reacţionează fata, prin vaginism. Iar dacă penisul băiatului este încă în erecţie, el este pur şi simplu strangulat şi atunci rămâne captiv, din moment ce partea dinăuntru este mai groasă decât cea de afară. Şi cu cât rămâne el mai mult captiv acolo, cu atât se strânge mai tare vaginul fetei. Acest fenomen se numeşte *penis captivus* şi este exact ce vedeţi uneori pe stradă la căţeii care nu-şi mai pot da drumul unul altuia, după ce au fost şocaţi de o împrejurare oarecare: un atac, un autobuz sau un pieton care s-a distrat pe seama lor sau, oricum, apariţia unui martor.

Martori nevinovaţi într-una din emisiunile „Lecţii particulare", o ascultătoare a relatat cum, în timpul sarcinii, îi venea greu să facă dragoste cu soţul ei din cauza copilului – a persoanei – care exista în ea.

În afară de oameni, mai pot exista şi alţi martori. De exemplu, un martor de temut este un obiect ce aparţine unui concurent sau (mai ales) unei concurente (v*. În pat cu al treilea*, vol. I). O fată care vede fotografia unei rivale undeva în jurul ei când face sau ar vrea să facă dragoste se ridică, se duce la fotografie, o pune cu faţa în jos şi după aceea... mai discută. Un băiat nu face întotdeauna aşa;

dacă vede fotografia altui băiat undeva, poate pur şi simplu să-şi închipuie că-l sfidează, pentru că – amintiţi-vă – iniţierea sexuală a băieţilor se face foarte adesea în grup. Ei învaţă unii de la alţii şi se tolerează între ei mai uşor atunci când fac dragoste. Fetele însă, nu. Dacă o fată tolerează o altă fată atunci când face dragoste, de faţă, chiar acolo, înseamnă că există tendinţe către lesbianism. Fetele se cam urăsc unele pe altele când e vorba buia să dau un telefon la serviciu, şi a fost cât pe ce să primesc o poşetă în cap. Ce ştia ea şi nu ştiam eu era că tot „poştă" se numeşte şi situaţia în care o femeie face sex cu mai mulţi bărbaţi la rând, pe parcursul aceleiaşi partide.

Mulţi băieţi mi-au mărturisit fantasma de a face sex în grup. De ce? Pentru că, de multe ori, iniţierea în sex are loc la băieţi prin imitaţie. Când rostesc obscenităţi în cadru mai mult sau mai puţin organizat, băieţii o fac pentru că vor să-i imite pe ceilalţi. Şi atunci când încep să se masturbeze, băieţii se imită unii pe alţii. Ei nu au nicio plăcere de la bun început, dar vor să descopere plăcerea celorlalţi băieţi care au încercat acest lucru şi vor să intre în rândul lor. Tot aşa se întâmplă şi cu băieţii care vor să facă sex în grup. Nu e prea mare plăcere, pentru că dorinţa de a avea un partener în exclusivitate există în fiecare. Dar se poate întâmpla să ai nevoie să mai înveţi. Iar nevoia fundamentală care stă la baza fenomenului de observare a partidei de sex a altora este în primul rând cognitivă: nevoia de a şti, de a cunoaşte, de a vedea, de a învăţa şi de a proceda cel puţin la fel.

Tot aşa se întâmplă, bineînţeles, şi cu violul: în timpul violului există uneori şi alţi băieţi de faţă, la practica posibilelor perversiuni sexuale se adaugă şi această perversiune teribilă, cea mai grea pentru o fată: să fie privită fără voia ei atunci când face dragoste şi mai cu seamă când e violată. Pentru fată este cumplit; pur şi simplu îi dispare speranţa de a ascunde ceea ce s-a

întâmplat. Confruntarea cu un singur agresor găseşte uneori mângâiere şi compensaţie, dar când sunt doi şi fata nu are cum să nu vadă cele *două* persoane, este groaznic.

Vaginism şi penis captivus

Există o reacţie tipică de apărare despre care spuneam mai sus că şi un copil mic o aplică atunci când este ameninţat de ceva: închide ochii, ca să nu mai existe acea situaţie teribilă, agresiunea să dispară, nemaifiind văzută. Bineînţeles că, surprinşi într-o situaţie erotică, oamenii pot adopta diverse stiluri: unii pot reacţiona cu furie: aruncă cu ceva, înjură cât pot de tare şi de urât, alţii şoptesc, sunt încurcaţi, se înroşesc sau devin palizi. Cert e că ceea ce era până atunci act sexual, din momentul acela este ratat. Băieţii nu mai pot, fetele simt chiar durere, pentru că multe dintre ele manifestă, atunci când sunt surprinse, ceea ce în ginecologie se numeşte vaginism, adică o contractară a vaginului care poate fi teribil de dureroasă. Când cei doi sunt surprinşi, cel mai repede reacţionează fata, prin vaginism. Iar dacă penisul băiatului este încă în erecţie, el este pur şi simplu strangulat şi atunci rămâne captiv, din moment ce partea dinăuntru este mai groasă decât cea de afară. Şi cu cât rămâne el mai mult captiv acolo, cu atât se strânge mai tare vaginul fetei. Acest fenomen se numeşte *penis captivus* şi este exact ce vedeţi uneori pe stradă la căţeii care nu-şi mai pot da drumul unul altuia, după ce au fost şocaţi de o împrejurare oarecare: un atac, un autobuz sau un pieton care s-a distrat pe seama lor sau, oricum, apariţia unui martor.

Martori nevinovaţi într-una din emisiunile „Lecţii particulare”, o ascultătoare a relatat cum, în timpul sarcinii, îi venea greu să facă dragoste cu soţul ei din cauza copilului – a persoanei – care exista în ea.

În afară de oameni, mai pot exista şi alţi martori. De exemplu, un martor de temut este un obiect ce aparţine unui concurent sau (mai ales) unei concurente (v. *În pat cu*

al treilea, vol. I). O fată care vede fotografia unei rivale undeva în jurul ei când face sau ar vrea să facă dragoste se ridică, se duce la fotografie, o pune cu faţa în jos şi după aceea… mai discută. Un băiat nu face întotdeauna aşa; dacă vede fotografia altui băiat undeva, poate pur şi simplu să-şi închipuie că-l sfidează, pentru că – amintiţi-vă – iniţierea sexuală a băieţilor se face foarte adesea în grup. Ei învaţă unii de la alţii şi se tolerează între ei mai uşor atunci când fac dragoste. Fetele însă, nu. Dacă o fată tolerează o altă fată atunci când face dragoste, de faţă, chiar acolo, înseamnă că există tendinţe către lesbianism. Fetele se cam urăsc unele pe altele când e vorba de partener; ele pot ajunge la o dorinţă organică de a se înlătura una pe alta.

În pat, fără sex

Se mai întâmplă şi asta, nu? De atâta dorinţă, de atâta curiozitate, din atâta iubire ai putea să ajungi în pat cu cineva. La oamenii foarte tineri, a ajunge în pat înseamnă a ajunge în sanctuar. Acolo unde se fac ritualurile cele mai intime, pe care numai cei iniţiaţi le stăpânesc. Dar, culmea! Conform observaţiilor psihologice, majoritatea tinerilor care ajung în pat pentru prima dată cu un potenţial partener nu vor face sex. Care ar fi motivele Ei şi care ar fi motivele Lui de a nu face sex?

Motivele ei

Se consideră că în dragoste fetele sunt generoase tocmai pentru că de la ele se aşteaptă oamenii să cedeze. Motivele unei fete de a ajunge în pat cu un băiat pot fi altele decât cele sexuale. De aceea, prietenul ei ar putea fi foarte mirat să se confrunte cu un refuz când e vorba de ceva concret. Nici prin cap nu-i trece lui că fata are de fapt chef de vorbă, e încântată de intimitatea pe care o oferă patul, vrea de fapt să fie doar ţinută în braţe, sau pur şi simplu imită ceea ce a văzut în filme. Problema imitaţiei a fost dintotdeauna aceea a neconcordanţei cu originalul.

Mare este dezamăgirea fetei când simte că perna lui miroase a tutun, cearşaful îi stă mototolit sub fund, iar deasupra ei se zbate prietenul cel drăguţ care acum e transpirat şi schimbat la faţă.

Barierele funcţionează la orizontală

Cât timp „stă în picioare”, o fată este predispusă să accepte aspectele erotice ale întâlnirii cu un băiat. Ajunsă însă la orizontală, în comportamentul ei încep să se manifeste instinctele; nu atât cele sexuale, cât cele de apărare. Dacă eşti băiat, gândeşte-te cum ar fi dacă un om de două ori mai masiv decât tine, deţinător al unui instrument perfid, te-ar pune jos şi ar exercita asupra ta nişte presiuni tandre. Oricât de tandru ar pretinde el că este, tot ţi se face frică, nu? Nu poţi vedea ce se întâmplă în jur, nu poţi controla mişcările propriului corp, nu te poţi retrage pentru ca apoi să te poţi întoarce de bunăvoie. De aceea, fata care învaţă să facă dragoste trebuie să aibă posibilitatea de a controla propriile mişcări, de a avea iniţiative, de a putea exprima ceea ce doreşte. Iar acestea toate nu sunt posibile când se află sub partenerul ei; trebuie să adaug repede că iniţierea fetei în sexualitate nu se face odată cu prima penetrare, ci mult mai devreme, prin explorarea corpului propriu şi al partenerului. Iar acest lucru e favorizat de poziţiile active, cum ar fi cea în care partenerii stau în picioare sau culcaţi pe-o parte, unul lângă altul (v. *Intromisiunea*, vol. I).

Motivele lui

O femeie caută în patul unui bărbat ceea ce-a mai avut şi i-a plăcut. În schimb, un bărbat caută ceea ce el n-a avut încă, dar au avut alţii. Nu mică este mirarea unei fete care, după ce a făcut o serie de compromisuri faţă de prietenul ei, inclusiv sărut, mângâiat, dezbrăcat, chiar sex oral, ajunge în pat cu el, dar acolo nu se întâmplă nimic. Pentru un astfel de comportament există trei explicaţii: în primul rând, în mintea acelui băiat pot persista amintiri

neplăcute cu privire la performanţele sale sexuale, mai ales prin comparaţie cu ce se laudă alţii că au reuşit în sex. În al doilea rând, se adaugă şi tensiunea pe care o resimte băiatul când ştie că trebuie să facă sex cu cineva, mai ales dacă acest lucru a fost anunţat cu fermitate dinainte. În al treilea rând, partenera este aceea care poate produce inhibiţii de netrecut, atunci când încalcă succesiunea naturală a concesiilor sexuale (v. *Cum să fii aleasă*, vol. I).

Interpretarea scuzelor

Atunci când, aflat în pat cu tine, un băiat refuză să facă sex, trebuie în primul rând să vezi dacă nu cumva limbajul verbal în care se scuză este contrazis de limbajul non-verbal, prin care corpul lui îţi comunică adevărul. Iar dintre mesajele pe care corpul unui băiat ţi le transmite, unul foarte controversat este erecţia. Un băiat ar putea să-şi refuze partenera chiar şi atunci când erecţia îl contrazice, căci instinctul sexual nu este atât de puternic încât să-l determine să acţioneze împotriva propriei voinţe. Când refuză sexul cu o fată, un băiat invocă de obicei motive tehnice. Dar trebuie să ştii că în spatele lor se ascund aproape mereu motive de natură afectivă. De exemplu, în spatele expresiei „Sunt obosit” se ascunde „Sunt îngrijorat pentru starea corpului meu”. Şi în spatele expresiei „Nu avem timp” se ascunde „Mă copleşeşte cantitatea de satisfacţie pe care mi-o ceri”. În loc de „Nu asta urmăresc de la tine” se află de fapt „Nu eşti persoana în faţa căreia aş accepta să mă fac de râs” sau „N-aş vrea să se afle că am fost cu tine” ş.a.m.d.

Chinuială sau deliciu?

Să stai în pat cu cineva dezirabil şi totuşi să nu faci sex... După cum spuneam mai sus, aceasta este de fapt o imitare a adulţilor, prin pătrunderea în sanctuarul sexului. Atâta timp cât încă nu s-a împlinit prin sex, acest ritual pare chinuitor. Cei doi se excită, se tatonează reciproc, se şantajează, se amăgesc sau chiar se luptă unul cu altul.

Dar pentru că la vârsta lor sexul nu este atât un instrument al plăcerii, cât unul al cunoaşterii, feţele lor de „după” nu exprimă atâta chin cât ar exprima feţele unor adulţi care n-au reuşit „s-o facă”. Partenerii aflaţi la început de drum erotic recurg adesea la o simbolizare a sexului printr-un gest generic, care poate fi una dintre concesiile sexuale. Astfel, un băiat poate considera c-a „avut” o fată dacă ea îi răspunde la flirt, dacă acceptă să fie sărutată, dacă a fost dezbrăcată de el, dacă a acceptat să-i pună mâna pe sex sau dacă a stat cu el dezbrăcată în pat etc. La rândul ei, fata transformă minutele petrecute în pat cu el în cea mai romantică aventură şi, în acelaşi timp, într-o confirmare a faptului că ea poate controla o situaţie erotică.

Sexul de adio

Unii cred că sexul este un remediu pentru dificultăţile pe care le au în dragoste. Alţii sunt convinşi că el este un argument suficient de puternic pentru a aduce înapoi persoana iubită. Când despărţirea se apropie de cei care se iubeau, viaţa lor sexuală se modifică simţitor. Să vedem cum...

Din disperare sau înţelepciune în miezul relaţiei pe termen lung se află arta compromisului. Convieţuirea cu cineva cere modificări simţitoare în comportamentul tău, astfel încât să poţi comunica şi împărtăşi cât mai multe persoanei iubite, chiar dacă proveniţi din familii foarte diferite. Instinctiv, femeia recurge la mai multe compromisuri atunci când simte că se află într-o dificultate de cuplu. Ea acceptă cu uşurinţă sacrificii, chiar umilinţe pe care nu era dispusă nici măcar să le ia în consideraţie în urmă cu ceva timp. Foarte adesea, bărbatul cu care această femeie a clădit o relaţie doreşte doar o viaţă sexuală limitată, dar-încins de dorinţă – este capabil să declare că o iubeşte. Devine tot mai insistent, chiar dramatic, moment în care isteria, pe care mulţi bărbaţi o

au înglobată în personalitatea lor, răbufneşte sub forma unor scene. Aceste scene declanşează la ea mecanisme empatice şi materne menite să producă un ataşament puternic. La rândul lui, ataşamentul este securizant şi de aceea devine posibilă capitularea sexuală a femeii. Misterul din jurul ei este dezvăluit, frumuseţea de la distanţă devine banalitate de aproape. Pe măsură ce trece timpul, el răceşte tot mai mult termometrul iubirii lor: tandreţea. Cerându-i să acopere această carenţă de ataşament, ea devine insistentă, nemulţumită, apoi patetică şi chiar dizgraţioasă. El devine evitant, găsind pretexte de a petrece tot mai puţin timp cu ea, ceea ce o face să se simtă vinovată. Ea încearcă să-i ofere ce-i place lui cel mai mult: sexul. El ajunge să exprime pe faţă dispreţul pe care-l simte faţă de ea, ca orice bărbat care se confruntă cu ofensiva din partea femeii. Acesta este momentul instalării disperării pentru ea. Va face dragoste plângând sau mimând exagerat plăcerea, va acorda multe ore acestei părţi a relaţiei lor, va cere acele poziţii sau acele tehnici sexuale pe care le refuza până atunci. Plângând mult, respiraţia ei începe să miroasă greu, din cauza mobilizării unor secreţii profunde din faringe, arată tot mai încercănată, slăbeşte, este neinspirată în gesturi şi atitudini, iar toate acestea provoacă repulsie. În acest fel, ea riscă să fie pur şi simplu împinsă deoparte de omul pe care îl iubeşte, iar acest lucru este deosebit de traumatizant pentru o femeie.

Atracţia despărţirii

Ceea ce am descris mai sus este drama unei femei care ajunge să iubească un bărbat care n-a făcut altceva decât s-o dorească. Un astfel de bărbat poate fi ţinut aproape doar întreţinându-i permanent dorinţa. Există însă şi cupluri care nu prea fac dragoste cât sunt împreună, dar care ajung să se dorească intens după ce s-au despărţit. Această situaţie spune despre cei doi că încă mai trăiesc,

fiecare în parte, sub imperiul egocentrismului copilăriei. Ei nu au luat în serios relaţia pe care au avu ţ-o şi nu au intenţionat să joace roluri într-un cuplu adult. Asemenea copiilor, nu pot lăsa în mâinile altuia „jucăria” lor, chiar dacă nu sunt atraşi în mod deosebit de ea. Despărţirea pare să declanşeze apetitul sexual, dar el nu vine din iubire, ci din posesivitate, aşa cum arătam mai sus.

Regretele

Pentru mulţi tineri, despărţirea după o iubire vulcanică se produce fără să fi avut loc o relaţie sexuală. El se desparte de ea pentru că este egoistă şi nu s-a culcat cu el. Ea se desparte de el pentru că este egoist şi nu voia decât să se culce cu ea. Cu timpul, fiecare dintre cei doi orgolioşi simte un oarecare regret, ocazionat mai cu seamă de o reîntâlnire peste ani. El o vede pe ea frumoasă, deschisă multor compromisuri şi îşi spune: „Cum de am fost aşa de prost, încât nu i-am cerut în seara aia să se culce cu mine? Ce, ăsta cu care umblă acum e mai grozav?” Iar ea, văzând că pasiunea lui nu a pălit deloc şi e dispus să se poarte la fel de finuţ şi acum, îşi spune: „Tot ce regret este că n-am făcut dragoste prima dată cu el...” (v. *Ne despărţim, dar rămânem prieteni*)

Dragostea cu străini

A face dragoste cu un străin este ceva deosebit, dar numai la început. Străin înseamnă cineva de altă cultură, altă rasă, altă naţionalitate. Dar nu uita un lucru: străin este şi acela provenit din altă familie, cu care începi să ai relaţii ce presupun intrarea în spaţiul intim. Din acest punct de vedere, cei crescuţi în mediul rural resimt mult mai acut senzaţia de om străin, dată fiind delimitarea mai clară a familiilor faţă de comunitate. Cei de la oraş, supuşi anomiei, au o mai mare uşurinţă în abordarea intimă a unui străin. De ce oare?

Mai aproape de perfecţiune

Aflat la vârsta adolescenţei, omul tânăr reaşază

ierarhia valorilor din viaţa sa. El devine sigur că ceea ce dobândise de la părinţi este imperfect; în schimb, ceea ce este străin are şansa de a fi perfect. Imaginea retuşată a străinului apare pe ecrane, în fotografii şi mai ales în imaginaţia celui tânăr. De cealaltă parte, convieţuirea cu membrii familiei conţine elemente de repulsie, imagini realiste, situaţii conflictuale care creează o imagine a imperfecţiunii. Într-o astfel de situaţie, cum să nu-ţi doreşti să întâlneşti o persoană străină?

Mai periculos

O fi persoana străină aproape de perfecţiune, dezirabilă, dar este şi înfricoşătoare. Acest atribut provine din cantitatea mică de informaţii pe care o ai despre el, mai ales dacă provii din mediul rural. Cineva înfricoşător este cineva necunoscut. Are o figură aparte, vorbele sale sunt bizare, gesturile îi sunt imprevizibile, miroase altfel, nu ştii cum arată locul din care provine şi ce vrea cu adevărat. Dar bariera cel mai dificil de depăşit este faptul că nu-i cunoşti limba. De aceea, relaţia voastră se va reduce la ceea ce puteţi face împreună şi mai puţin la ceea ce spuneţi. Aceasta este, poate, una dintre explicaţiile faptului că fetele sunt mai atrase de bărbaţi străini decât de cei din cultura lor: străinii sunt puşi mai mult pe fapte şi mai puţin pe vorbe. Or, e deja cunoscut faptul că un important atribut al masculinităţii este capacitatea de a produce evenimente, cărora femeia le acordă semnificaţii simbolice.

Zvonuri

Se spune despre arabi că sunt curaţi, că adoră şi asupresc femeia în acelaşi timp. Despre japonezi se spune că sunt naivi şi zâmbesc la orice, dar că au pretenţii calitative exagerate. Suedezele sunt considerate nesătule, lipsite de scrupule. Pe negri mai toţi îi consideră ca fiind bine dotaţi, capabili de mişcări aparte. Rusoaicele sunt văzute ca fiind încuiate, dar foarte iubitoare după ce sunt

cucerite. Italienii sunt consideraţi frumoşi, dar nestatornici şi chiar infantili. Se zice despre evrei că nu se gândesc decât la mamă, chiar şi când fac sex. Iar despre unguroaice se spune că, dacă au pus ochii pe tine, nu mai scapi. Toate acestea nu sunt decât zvonuri. Cineva care a avut o relaţie cu un străin crede că toţi cei din neamul lui sunt la fel. Ţi-ar conveni să se spună despre tine că, român fiind, eşti lipsit de hotărâre în pat?

Familiarizare sau înstrăinare?

Poate că nu e cazul să generalizăm la nivelul unui întreg popor caracteristicile erotice găsite la un singur reprezentant al acestuia. Unul dintre lucrurile interesante pe care le observă aceia care convieţuiesc cu un străin este că „e om şi el...” Prin petrecerea timpului intim cu o astfel de persoană, îi ies la iveală defectele, detaliile mai puţin favorabile, iar calităţile provenite din părerea despre poporul său devin îndoielnice. Îţi dai seama că nu e mare scofală faptul că el e italian sau ea e suedeză şi te cuprinde un fel de nostalgie după ai tăi.

Dar poate a venit momentul să luăm în consideraţie şi varianta inversă: înstrăinarea celui care ţi-e familiar. Convieţuind cu cineva cunoscut din copilărie, ajungi să simţi nevoia să cunoşti o nouă persoană, mai ales dacă eşti băiat. Poate că cel mai bun lucru care ţi se poate întâmpla într-o astfel de situaţie este să descoperi o latură necunoscută a partenerei tale. Iar dacă eşti fată, cel mai bun lucru ar fi dacă partenerul tău ar începe să te surprindă cu fapte pe care doar un străin le-ar fi putut concepe.

Ce rost are?

Având la bază un instinct, sexualitatea unui străin pare să nu fie diferită de sexualitatea celor care ne sunt familiari. Dacă luăm însă în calcul faptul că o persoană tânără nu caută în sexualitate atât sexul, cât cunoaşterea, atunci vom recunoaşte că partea bazată pe comunicare a

unei relaţii este mult mai importantă decât cea care priveşte plăcerea. Mai mult decât atât, în discuţia cu un străin, orice om va acorda prioritate satisfacţiilor dobândite prin comunicare. Din păcate, şi în acest domeniu funcţionează concepţia dublului standard, care permite oamenilor să considere că o anumită atitudine e pozitivă atunci când e adoptată de un bărbat şi negativă atunci când e adoptată de o femeie. Bunăoară, conform mentalităţii conservatoare, dacă un bărbat are o relaţie cu o femeie străină, este considerat un partener capabil; în schimb, dacă o femeie îşi găseşte un partener străin, este privită ca o depravată.

În esenţa gestului de a alege un partener străin se află mai multe aspecte. Pe de o parte, din punct de vedere genetic, este importantă evitarea consangvinităţii, adică a împreunării indivizilor „de acelaşi sânge". Atunci când sunt practicate căsătoriile între membrii unei comunităţi închise, frecvenţa bolilor genetice ale copiilor este mult mai mare. Pe de altă parte, identitatea culturală este parte importantă a identităţii individului, care are nevoie să poată spune despre sine şi ai săi că aparţin unui neam anume. Tot la ţară (dacă tot vorbim despre impactul înstrăinării în mediul rural), se consideră că, dacă doi tineri din medii sociale diferite se căsătoresc, ei vor avea mari dificultăţi de cuplu mai târziu. Într-un fel, o astfel de convingere este susţinută şi de multitudinea de cazuri pe care le-am avut de-a lungul anilor din rândul bărbaţilor care se simţeau inferiori din punct de vedere social faţă de partenerele lor.

2 La marginea patului

Când eşti întrebat ca psihiatru ce ar trebui să facă cineva pentru a-şi îmbunătăţi relaţiile erotice, rişti să răspunzi ca mulţi alţii: *să comunice mai bine cu partenerul*. *Da, dar cum*? *Eu am observat că poate fi foarte dăunător cuplului să vorbeşti despre sex când nu trebuie,*

chiar dacă ai dreptate în tot ce spui.

Claudia este o cântăreaţă foarte talentată. îi place să râdă cu prietenii şi mai ales cu prietenele ori de câte ori ies împreună în oraş, ba chiar nu a fost văzută niciodată plângând... De aproape şapte ani are un prieten, Mark, cu care ba este, ba nu este. Când sunt împreună, îi place să-l considere bărbatul ei şi de multe ori joacă rolul nevestei umile: îi găteşte, îl îngrijeşte, tace din gură atunci când iese în public cu el. Certurile lor sunt interminabile, mai ales atunci când iese la suprafaţă gelozia lui Mark, şi aproape de fiecare dată aceste certuri se termină printr-o despărţire temporară. De împăcat, se împacă atunci când el o caută, iar ea intră din nou în rolul nevestei umile. Primeşte o pedeapsă simbolică de la el, fac dragoste fierbinte, apoi sunt văzuţi din nou în public, fericiţi. Partidele lor de sex sunt pline de detalii tehnice şi, din discuţiile purtate cu ea, reiese că nu prea are parte de plăcere, dar el este pe deplin satisfăcut. Într-una dintre şedinţele noastre discutăm aspectul satisfacţiilor lui Mark.

— Când se poartă Mark mai frumos cu tine: înainte sau după ce aţi făcut dragoste?

— Staţi să mă gândesc... Ar fi normal să se poarte frumos înainte, ca orice bărbat care încă nu a primit ce-şi doreşte, dar el este foarte tandru cu mine după ce am făcut-o, chiar dacă eu nu mă simt excelent...

— Are vreo importanţă asta?

— Pentru mine nu, dar pentru el... Chiar, de ce se bucură el aşa de tare după? Cred că se gândeşte la ceva; îi place ideea că a făcut sex. Cred că-i place mult. D-aia se întoarce la mine de fiecare dată, că-i place mult?

— Cred că ai dreptate; îi place mult ideea că a făcut sex.

— Asta înseamnă că în pat cu altele nu se simte la fel de bine? Ar trebui să mă bucur!

— Din câte mi-ai spus, e fericit să iasă cu tine când îi

eşti supusă…

— … şi e fericit să facă sex cu mine. Se dă mare, că mă cunoaşte lumea şi el e acela care mă are. Nu-i merge cu alte femei, dar îi merge cu mine. Mark stă cu mine pentru că nu poate fi cu alte femei…

Egoism şi iubire

Judecând după criterii morale, ai zice că iubirea e o formă altruistă de relaţionare, iar sexul e o formă de erotism bazată pe egoism. Din simplul fapt că celălalt are o personalitate net diferită de a ta, părând că se îngrijeşte de sine şi de părerile sale, că îşi caută plăcerea atunci când se află cu tine, sau promovează interesele cercului său de cunoscuţi, ai putea să crezi că în iubirea voastră ar putea să-şi facă locul şi o doză mare de egoism.

Egoismul e natural

Cât timp e foarte mic, copilul are gândirea dominată de animism, sincretism şi egocentrism. Gândirea animistă însufleţeşte obiectele ca şi cum ele ar avea voinţă proprie. Ba chiar, copilul face uz de personificare, atribuind obiectelor sau animalelor trăsături umane, cum ar fi capacitatea de a purta o discuţie. Gândirea sincretică, primitivă în esenţa ei, constă într-un amestec de elemente afective, raţionale şi de comunicare, care dă impresia de dezorganizare şi instabilitate. La rândul ei, gândirea egocentrică porneşte de la propriul punct de vedere în majoritatea raţionamentelor. Copilul consideră că el este lumea şi restul elementelor din jur sunt părţi supuse voinţei sale. Există o diferenţă între egocentrism şi egoism. Dacă egocentrismul este un mod de a gândi care situează eul propriu în centrul lumii, egoismul este mai degrabă caracteristica unui comportament bazat pe valorizarea excesivă a propriei persoane. Astfel, apar iubirea de sine, preocuparea pentru propria dezvoltare, activarea instinctului de asimilare şi a celui de conservare, elemente importante pentru o bună impresie despre sine şi pentru

trăirea unei vieţi optime din punct de vedere psihologic. Va să zică, egoismul e natural.

În schimb, lipsa egoismului se învaţă. Prima dată, se învaţă ca formă de satisfacere a unei persoane atât de apropiate, încât pare să fie parte din tine. E vorba, bineînţeles, de mamă. Ea este considerată de copilul mic drept parte a sa şi pentru satisfacţia ei copilul este în stare să amâne unele plăceri intrate în obişnuinţă, cum ar fi aceea de a face pe el. Gestul de a-i învăţa pe copii să nu fie egoişti are raţiuni sociale. Deoarece specia noastră este prin excelenţă una bazată pe o convieţuire de tip social, de multe ori e important ca individul să renunţe la interese personale de dragul unor interese colective.

De ce este iubirea altruistă?

Oameni care în condiţii „normale” nu se gândesc decât la propriile interese se pot arăta profund schimbaţi când sunt îndrăgostiţi. Devin generoşi, capabili de sacrificii, tandri, răbdători, iar valorile lor se schimbă radical, ieşind din sfera proprie către cea a persoanei iubite. O imensă renunţare de sine se instalează la putere şi nu e de mirare că cel care iubeşte se comportă ca şi cum ar avea o formă de depresie (v. *Nebun de iubire*, vol. I). În latura ei cea mai „practică”, iubirea te poate face mai bun, căci ea este adesea un ritual de iniţiere în convieţuirea cu celălalt. Poate de aceea iubirea este însoţită de altruism: căci e nevoie de multă toleranţă şi înţelegere pentru a-l accepta pe altul în intimitatea ta, lucru caracteristic pentru speciile structurate social.

„Când l-am văzut, părea încrezut”.

Mai toate fetele spun asta relatând prima întâlnire cu un băiat. Ba chiar şi unii băieţi se simt îndreptăţiţi să mărturisească această primă impresie despre fata iubită. Una dintre cele mai vechi atitudini erotice este aceea de a pretinde că ignori un partener care te doreşte, pentru a vedea care sunt limitele dorinţei sale. La aceasta se

adaugă şi lupta interioară pe care fiecare adolescent o duce pentru a alege între egocentrismul specific copilăriei şi atracţia irezistibilă către posibilul partener. Din această luptă rezultă o formă de comportament erotic inconstant: tânărul ba arată că-i place persoana de lângă el, ba se face că nu-i pasă de ea. În ceea ce priveşte comunicarea, aceasta este la rândul ei plină de contradicţii între limbajul verbal şi cel non-verbal. Cu alte cuvinte, atunci când ţi se pare că cineva te place şi totuşi îţi spune că nu-i pasă de tine, ai face bine să acorzi atenţie impresiei tale şi nu cuvintelor celuilalt.

Plăcerea are nevoie de egoism

Există tulburări de dinamică sexuală care au la origine incapacitatea unuia dintre parteneri de a simţi plăcerea (*ahe-donie*). În terapia pe care medicul o aplică unui astfel de pacient este inclusă şi reconstituirea formei primare de egoism pe care se bazează psihicul unei persoane, pentru ca aceasta să regăsească plăcerea în relaţiile sexuale. Va să zică, egoismul este important pentru capacitatea de a simţi plăcerea sexuală. După cum aţi putut citi în volumul întâi (v. *Cu plăcere*), una e plăcerea şi alta e satisfacţia. Plăcerea e receptată numai prin raportare la propriul corp. În schimb, satisfacţia este integrarea superioară a plăcerii tale sau chiar a celuilalt. De aceea, putem spune că dragostea este aducătoare de satisfacţii când este împlinită prin intimitatea fizică, iar sexul este aducător de plăceri.

Egoismul băieţilor

Fetele afirmă adesea despre partenerii lor că sunt egoişti. Există mai multe atitudini ale acestora care justifică într-un fel acest calificativ. Băieţii par mai impasibili la mesajele afective trimise de cei din jur. Ei sunt mai interesaţi de plăceri precum cele rezultate din mâncare, băutură, jocuri, comoditate etc. Şi tot ei sunt aceia care fac dragoste fără să se gândească prea mult la

plăcerea partenerei, întorcându-se după aceea cu spatele. Egoism curat... Care să fie explicaţia acestor atitudini?

Din punct de vedere biologic, masculul oricărei specii de mamifere este acela care caută să-şi conserve energia şi să-şi promoveze materialul genetic; de aceea, el este dispus să intre în competiţie cu alţi masculi, iar când este sigur de femela lui să se implice cât mai puţin în evenimentele din jur. De aici putem deduce că, pentru ca un mascul din specia noastră să renunţe la egoismul său, este necesar să plutească la orizont o potenţială confruntare cu alţi masculi...

Motivul sexual

Ipostazele de viaţă în spatele cărora se ascunde sexul sunt numeroase. În spatele complimentelor, al ironiei, al prieteniei şi chiar al iubirii declarate, sexul este acela care conferă energie şi motivaţie, dând ocazie unui comportament înşelător din partea celorlalţi.

Motiv de iubire

E destul de evident că, atunci când doreşte cu ardoare o fată, un băiat e în stare să se jure că o iubeşte. După cum se vede, lucrurile pot sta invers decât în mod obişnuit, evidenţiind încă o diferenţă între fete şi băieţi: în loc să arate că iubirea este la originea sexului, băiatul arată că sexul este la originea iubirii. Care sunt semnele pe baza cărora poţi spune că un băiat mai mult te doreşte decât te iubeşte?

În primul rând, îţi face complimente privitoare mai mult la frumuseţea ta şi mai puţin la faptele tale. În al doilea rând, îşi schimbă radical comportamentul atunci când ajunge să te atingă: devine nerăbdător, chiar furios dacă e refuzat şi e în stare să promită marea cu sarea pentru a merge mai departe. În al treilea rând, el concepe să facă sacrificii doar la schimb, adică punând condiţia ca şi tu să faci ceva pentru el... Cel mai interesant e faptul că, pe parcursul dezvoltării relaţiei, însăşi fata este aceea care

ajunge să considere ardoarea cu care o doreşte partenerul drept o dovadă incontestabilă de iubire.

Motiv de despărţire

Sunt destul de mulţi aceia care, atunci când află că doi s-au despărţit, explică totul prin expresia „nepotrivire de caracter”. Pentru informarea ta, caracterul este o componentă care, alături de temperament, alcătuieşte personalitatea unui om. Spre deosebire de temperament, care este înnăscut, caracterul se formează pe parcursul dezvoltării unui individ şi poate fi uşor influenţat prin educaţie. Este de aşteptat ca, atunci când două persoane alcătuiesc un cuplu, să manifeste nepotriviri de caracter, din moment ce provin din medii diferite. Dar astfel de diferenţe pot fi eliminate pe măsură ce cuplul se consolidează. Mai greu e cu nepotrivirile de temperament… Dar expresia „nepotrivire de caracter” a mers atât de departe de înţelesul corect, încât pentru mulţi ea exprimă o nepotrivire din punct de vedere sexual între cei doi. Ce înseamnă să nu te potriveşti din punct de vedere sexual cu cineva?

Nu înseamnă decât că eşti dispus să invoci motive sexuale pentru conflictele cu partenerul. Tehnic vorbind, oricine ar putea face sex cu oricine, pentru că sexul oricărui bărbat se potriveşte cu sexul oricărei femei. Psihologic vorbind, puţini oameni se potrivesc precum cheia în broască încă de la început şi fără eforturi. Cea mai mare dificultate pusă pe seama sexului provine din domeniul confirmării aşteptărilor. Adică, fiecare dintre cei doi crede că partenerul trebuie să vină în cuplu într-o formă perfectă, iar dacă nu este aşa înseamnă că nu se potrivesc. În realitate, cele mai valoroase compatibilităţi între doi parteneri sunt acelea pe care le dobândesc influenţându-se unul pe altul; de asemenea, tot ele sunt acelea care îi vor face pe cei doi să le fie dor unul de altul.

Motiv de complimente

Naivitatea multor fete este fondul pe care se dezvoltă unele dintre cele mai insinuante comportamente ale bărbaţilor cu experienţă. Când un băiat primeşte complimente insistente de la o femeie cu experienţă sexuală, el intră mult mai uşor la bănuieli în privinţa intenţiilor erotice ale acelei femei decât ar putea s-o facă o fată în prezenţa unui bărbat insistent. Şi asta pentru că, de multe ori, receptivitatea la complimente a fetei este o prelungire a dorinţei ei de copil de a primi mesaje pozitive de la tată. Cu cât figura tatălui, a bunicului sau a unchiului a fost mai puternică în copilăria acelei fete, cu atât mai nerealistă este ea în aprecierea complimentelor insistente primite de la bărbaţi. Dorinţa de a regăsi afecţiunea acelui bărbat care oferea fără să ceară sex o duce pe naiva de fată la pieptul unui bărbat care joacă la început rolul de protector. După cum spuneam mai sus, complimentul tipic pentru intenţiile sexuale este acela care se referă la felul în care arăţi şi nu la calitatea faptelor tale.

Sexul din spatele prieteniei

Nu degeaba spui că „ai un prieten” atunci când ai un iubit. Fie că eşti heterosexual, fie că eşti homosexual ca identitate sexuală, a avea un prieten înseamnă de multe ori a avea un partener sexual latent. Unii tineri îmi spun: „Eu am o prietenă, o amică – înţelegeţi ce vreau să spun –, dar o consider un fel de soră; nu m-aş putea atinge niciodată de ea”. O astfel de prietenie apare atunci când între cei doi apucă să se manifeste elemente ale fraternităţii înaintea elementelor de erotism. De exemplu, se instalează o oarecare repulsie, sunt făcute confidenţe pe subiecte existenţiale, sunt scoase la iveală şi acceptate defectele celuilalt. În schimb, dacă prietenia conduce la erotism, aceasta este o dovadă că a fost vorba de la început de erotism. Cu alte cuvinte, deşi nu conştientizai pe deplin, erai atras erotic de amica ta, chiar dacă niciodată nu ai putut realiza acest lucru. Mai mult, la începuturile

prieteniei voastre, un psiholog ar fi putut observa că vă străduiaţi să negaţi atracţia care ar putea apărea între voi. Pe lângă o astfel de relaţie subconştientă aflată între prietenie şi erotism, mai există şi numeroase situaţii în care prietenul tău a ştiut de la bun început că te doreşte sau chiar te iubeşte, dar a acceptat să joace rolul de prieten doar pentru a fi în preajma ta. Un semn al faptului că în spatele prietenului tău se ascunde un iubit este faptul că de cele mai multe ori te ajută fără să i-o ceri. Un alt semn este gelozia clară, manifestată în situaţii în care un prieten nu s-ar manifesta astfel.

Motiv de ironie

După cum am spus în repetate rânduri, în faza iniţială de cunoaştere erotică a partenerului se poate manifesta de multe ori un fel de agresivitate, exprimată prin ironie şi îndreptată tocmai către persoana iubită (v. *Joc şi hârjoneală*, vol. I). Acesta este semnalul care ar trebui să-ţi spună că persoana care te ironizează, chiar te jigneşte uneori, de fapt te doreşte. De multe ori, această persoană este o fată care se face prezentă ca din întâmplare în calea ta, dar nu ratează nicio ocazie să te critice, să te ridiculizeze în faţa altor fete, a altor băieţi sau chiar a părinţilor tăi. Alteori, această persoană este un profesor, un coleg mai îndrăzneţ sau chiar un necunoscut care preferă să te insulte decât să te curteze. Unii bărbaţi fac acest lucru pentru că nu-şi pot permite să se manifeste deschis făcându-ţi curte; alţii se poartă atât de dur cu tine ştiind că astfel îţi vor copleşi mintea cu amintirea lor, urmând ca mai târziu să te copleşească cu tandreţuri…

Cel care ar fi putut să fie

Dacă eşti fată, ţi se tot vorbeşte despre sex ca despre un act necugetat, a cărui împlinire te face să-ţi pară rău mai devreme sau mai târziu. Dar eu am întâlnit destul de multe fete cărora le pare rău că n-au făcut dragoste cu o anumită persoană, deşi acum consideră că merita „s-o

facă”. În ceea ce-i priveşte pe băieţi, părerile de rău cu privire la ratarea unei fete sau a alteia sunt la ordinea zilei. Dar să găsim împreună explicaţii şi remedii pentru aceste stări de lucruri…

Mintea de pe urmă a unui băiat

Foarte multor băieţi le pare rău că nu s-au culcat cu o fată, deşi ar fi putut, iar tu eşti probabil unul dintre ei. Acest lucru se întâmplă pentru că, în numeroase situaţii care te aduc în preajma unei fete, nu instinctul sexual primează, ci mai degrabă cel de apărare. Starea aceasta de lucruri îşi găseşte explicaţia tot în teoria aşteptărilor. Ai petrecut probabil mult timp închipuindu-ţi situaţii erotice dintre cele mai complexe, iar fata pe care o aştepţi a căpătat dimensiuni considerabile în mintea ta. Totodată, căutând cât mai multe detalii, ai îngustat domeniul evenimentelor pe care le-ai putea trăi împreună cu ea, şi când un altfel de eveniment a prins viaţă, tot ce ai putut face a fost să te aperi.

„Nu m-am – prins că şi ea voia…”

Ba, mai rău decât atât, pe lângă faptul că nu ai profitat de o anumită situaţie, abia peste ani ai aflat că şi ea şi-ar fi dorit atunci să facă dragoste cu tine. Ce-ar fi fost mai bine să faci? Pentru a afla răspunsul la această întrebare, am să-ţi fac o dezvăluire: printre pacienţii mei tineri se numără atât băieţi care au ratat ocazia, cât şi fete „ratate” de ei. Astfel, am poziţia privilegiată de a auzi ceea ce un băiat ar da orice să audă: ce crede fata respectivă despre el şi care au fost momentele în care şi ea l-a dorit pe el. Fraza pe care acea fată mi-o spune cel mai frecvent este:

„Mi-ar fi plăcut să insiste”.

Într-adevăr, sunt multe fete cărora le place ca o persoană plăcută să insiste. Dar tot multe sunt şi fetele cărora le place ca o persoană neplăcută să nu insiste. Va să zică, totul constă în a te face o persoană plăcută. Atenţie:

am zis persoană plăcută, nu neapărat dorită! Asta înseamnă că există unele elemente ale prezenţei tale care pot face din tine o persoană plăcută, chiar dacă nu eşti persoana mult aşteptată. Iată câteva reguli, pe care le-am menţionat şi în primul volum al acestei cărţi (v. *Senzualitate masculină şi cum să fii aleasă*) şi care fac din tine o persoană plăcută:

— Să fii curat;

— Să miroşi bine;

— Să porţi haine care necesită îngrijire zilnică;

— Să vorbeşti echilibrat despre ceea ce vezi la ea;

— Să fii imprevizibil.

După cum vezi, de-abia după ce ai devenit o persoană agreabilă poţi deveni o persoană insistentă. Şi încă un mic sfat: pune tot ce-ţi iese bine, precum şi ce nu-ţi iese, pe seama întâmplării, a norocului, a destinului, ştiind că mai devreme sau mai târziu bărbatul din tine va putea controla întâmplările, norocul, destinul în preajma unei femei…

Dar dacă eşti fată, ce poţi face ca băiatul dorit şi tăntălău din faţa ta să insiste ceva mai mult? în primul rând, să-i dai satisfacţii copilăreşti. O satisfacţie copilărească este să te arăţi atât de impresionată de ceea ce a făcut, astfel încât el să vrea să repete acel lucru. Dau acest sfat cu toată responsabilitatea, ştiind că băieţii sunt cu mult mai infantili din punct de vedere afectiv decât fetele. E important să nu faci acea greşeală răspândită în rândul fetelor curtate, şi anume să ridici ştacheta pe măsură ce el se străduieşte să te cucerească.

Şi dacă mă refuză?

Ei bine, aici ne întâlnim cu una dintre problemele: capacitatea de a te confrunta cu eşecul. Eu înţeleg de ce mintea ta nu acceptă să fii refuzat de o fată: pentru că acest lucru te descalifică din rolul de bărbat, lucrul cel mai grav la vârsta ta. Dar va trebui să dobândeşti arta de a face evenimentele reversibile, căci pe ea se bizuie

capacitatea unui bărbat de a controla pe deplin relaţiile sale cu femeile. Dacă, de exemplu, o fată te refuză folosind cuvintele: „Niciodată n-o să fiu a ta”, tu trebuie să faci în aşa fel, încât să rezulte că, deşi nu o ai deocamdată, nu se ştie ce se va întâmpla şi când...

„Dacă-mi va părea rău?”

Ca fată, te simţi obligată să-l refuzi cu toată forţa pe primul potenţial partener din viaţa ta (v. *În pat, fără sex*). Ai în spatele tău autoritatea părinţilor, frica de necunoscut, orgoliul de a nu ceda din prima şi multe altele. De-abia mai târziu observi că ceilalţi băieţi cu care ai avut de-a face nu erau nici pe departe atât de răbdători, iubitori sau romantici pe cât era primul tău prieten. Este de înţeles că, după toţi aceşti ani, îţi va părea rău că nu te-ai culcat cu acel minunat băiat. Între noi fie vorba, în acest caz se manifestă o importantă componentă subiectivă, care poate fi explicată din punct de vedere psihologic cam aşa: confruntarea cu primul prieten este atât de intensă, încât produce nu numai un ataşament, ci chiar şi o senzaţie de apartenenţă la acel bărbat (senzaţia că el este stabil, îţi este dat şi te-ai putea întoarce la el). Ce poţi face încă din perioada de început, astfel încât să fii sigură că nu-ţi va părea rău dacă-l refuzi? Nu ştiu...

Cuvintele în sex

Toată lumea ştie că „la început a fost Cuvântul”. El stă la începutul vieţii psihice a copilului, la începutul întâlnirii dintre doi oameni, cu el începe o idee, cu el începe un conflict... în sexualitate, cuvintele îşi fac loc greu, căci sunt insuficiente şi stângace. Dar puterea lor erotică nu trebuie neglijată, căci ele pot evoca cele mai plăcute imagini sau senzaţii.

Din teoria cuvintelor

Cuvântul este acela care contribuie în mod esenţial la conturarea imaginii despre lume. În timp ce cuvântul este o unitate lingvistică, noţiunea este un ansamblu de

cunoştinţe despre ceva ce poate fi delimitat. O noţiune poate fi analizata printr-o sumedenie de cuvinte sau sintetizată într-un singur cuvânt, ceea ce e de mare ajutor gândirii. De exemplu, cuvântul „scaun” evocă noţiunea de scaun, care desemnează un obiect de mobilier cu patru picioare, pe care te poţi aşeza pentru a găsi o poziţie mai comodă. Astfel, se poate spune despre cuvinte că au două funcţii: funcţia denotativa, aceea de a denumi ceva, şi funcţia conotativă, aceea de a căpăta diverse înţelesuri în funcţie de context (de exemplu pentru un medic, scaun mai înseamnă şi excremente solide). De multe ori, înţelesul unui cuvânt e modificat profund prin prozodie, adică prin muzicalitatea pronunţării lui 1 nu capacitatea lor de a exprima noţiuni, cuvintele poartă gândirea dinspre concret spre abstract, pe scala genurilor proxime. De exemplu, Maria este o prietenă, care este o studentă, care este o fată, care este un om, care este o fiinţă care este o entitate.

Transpunerea iubirii în cuvinte Dar cuvintele nu sunt folosite doar pentru a elabora raţionamente sau pentru a transfera informaţii, ci şi pentru a exprima emoţii. Atunci când cineva simte o emoţie puternică vorbirea este prima acţiune care se impune. De exemplu dacă scapi o vază pe jos, imediat îţi vine să spui: „La naiba” Afectivitatea este domeniul în care folosim cel mai des fraza „Nu pot descrie prin cuvinte”. După ce cuvintele au servit mu de ani dezvoltării relaţiilor dintre oameni, bariera lingvistica a devenit în ziua de azi una dintre cele mai serioase surse de conflict, tocmai prin funcţia conotativă despre care vorbeam mai sus. Atât iubirea, cât şi dorinţa sexuală au profunzimi atât de mari, încât cuvintele sunt nu numai insuficiente, ci şi contraindicate pentru a le exprima. Şi atunci ce-i de făcut?

Exprimarea simbolică De mii de ani, oamenii insistă în a oferi flori persoanei iubite. De multe ori, acest gest

este însoţit de fraza: „Ele îţi vor spune ceea ce eu nu pot să-ţi spun”. Gesturile pe care oamenii le pot interpreta sunt atât de numeroase, încât au apărut două ştiinţe separate care se ocupă de înţelesurile, simbolurile şi semnele din viaţa noastră: semantica şi semiotica. Am menţionat mai sus gestul de a oferi o floare; în general, gestul de a oferi ceva unei persoane pe care o preţuieşti este o rămăşiţă a ofrandei practicate în timpurile vechi. Gestul de a oferi este în strânsă legătură cu cel de a sacrifica, adică de a renunţa la ceva preţios pentru tine. Adesea, atunci când îşi dă seama că un băiat a renunţat la ceva important de dragul ei, o fată înţelege că acel băiat o iubeşte cu adevărat.

Mărturisiri către partener

Faptul că iubeşti pe cineva nu justifică împărtăşirea tuturor secretelor tale cu acea persoană. După cum spuneam în „lecţia” intitulată *Dragostea cu străini*, înstrăinarea are o importanţă deosebită în menţinerea atractivi taţii sexuale. Un aspect important, mai ales pentru un băiat, este relatarea trecutului erotic al iubitei sale. Faptul că află cu lux de amănunte cu cine a mai fost şi ce a mai făcut partenera lui generează într-un băiat o traumă psihică greu de compensat, mărturisirea devenind o sursă de tulburări sexuale şi de cuplu pentru mulţi ani de zile. Dacă eşti fată, e important ca ceea ce a fost între tine şi alt băiat să vă privească doar pe tine şi pe el, oricât de mult ar insista actualul prieten să îi povesteşti.

Confesiuni către prieteni

Nici faptul că eşti prieten foarte bun cu cineva nu justifică împărtăşirea tuturor secretelor cu acea persoană. Confesiunea este un ritual împlinit în deplină siguranţă cu o persoană străină, cu care nu convieţuieşti, care nu ţi se mărturiseşte ţie şi este investită cu puterea ascultării pozitive (puterea de a asculta fără să judece). Or, relaţiile afective dintre tine şi prietenul tău, faptul că vă faceţi

confesiuni reciproce, precum şi convieţuirea voastră sunt condiţii care cer limitarea a ceea ce vă spuneţi la sfera a ceea ce puteţi face împreună.

Dar să fiu bine înţeles: prin confesiune nu înţeleg schimbul de idei (care aduce atâta frumuseţe prieteniilor din lumea întreagă), ci relatarea unor întâmplări sau trăiri a căror împărtăşire te face vulnerabil. Iar erotismul este una dintre trăirile care te vulnerabilizează, căci altfel nu ar fi însoţit de pudoare. Mai mult, să-i oferi celui mai bun prieten toate detaliile despre persoana iubită înseamnă să creezi premisa cea mai propice pentru ca acel prieten să asimileze iubirea ta. Aşa se explică de ce sunt atât de numeroase cazurile în care cea mai bună prietenă fură iubitul celei care i s-a confesat cu atâtea detalii…

Dragoste şi vorbărie

Am tot discutat despre confesiuni. Ar mai fi însă de dezbătut şi alte implicaţii ale cuvântului în erotism: vorbirea în timp ce faci dragoste şi dragostea în timp ce vorbeşti. Dacă ar corela intensitatea trăirilor erotice cu necesarul de exprimări verbale, oamenii ar trebui să strige cât îi ţin plămânii. Dar pentru că situaţia erotică este însoţită de pudoare, ei se mărginesc să şoptească, urmând ca ceea ce rămâne neexprimat să fie pus în cântec sau în plâns…

Unele persoane active sexual mi-au relatat că se simt mult mai bine dacă vorbesc în timp ce fac dragoste. După cum menţionam ceva mai sus, ne folosim de rostirea cuvintelor nu numai ca să ne descărcăm, ci şi pentru a avea un impact asupra celuilalt. Totodată, a-ţi auzi partenerul cum descrie ceea ce-i faci ar putea să fie un deliciu în plus şi o modalitate de a-l cunoaşte mai bine din punct de vedere erotic. De multe ori, deşi i-ar conveni să ştie ce-ţi place, partenerul tău nu suportă să te audă vorbind şi nici nu doreşte să-ţi vorbească. Ce poţi face? Poţi înlocui cuvintele cu alte forme de comunicare, cum ar

fi mimica feţei, gesturi, exclamaţii etc.

Atunci când un băiat se întâlneşte cu o fată, un cuvânt bine spus este capabil să declanşeze multe emoţii erotice. Puterea de sugestie erotică a vocii umane este cel mai bine ilustrată de... sexul prin telefon, ştiinţific numit scatologie telefonică. Timbrul vocii persoanei care vorbeşte, precum şi conotaţiile cuvintelor rostite sunt capabile să declanşeze cele mai subtile stări erotice, apropiindu-se de orgasm, mai ales dacă se completează totul prin masturbare. Unii preferă scatologia telefonică pentru că, dacă ar fi într-o situaţie erotică reală, tocmai partenerul ar fi acela care i-ar împiedica să se desfăşoare din punct de vedere sexual.

Orgoliu şi umilinţă

Când un babuin (o maimuţă înrudită îndeaproape cu omul) este învins în luptă de un altul, el se aşază în poziţie de împerechere. Cel care l-a învins are satisfacţia de a mima penetrarea cuiva inferior, umilindu-l. În vechime, mulţi prizonieri de război erau supuşi umilinţelor sexuale din partea învingătorilor. Pentru a-şi sfida duşmanii, un trib african a sculptat o serie de statui care scoteau limba şi îşi arătau sexul în erecţie în direcţia acestora. Iată doar câteva situaţii în care umilirea sexuală a altuia tranşează relaţia ta cu acea persoană.

Umilinţa ca iniţiere

Ca să poţi trece la alt statut şi să poţi juca un cu totul alt rol decât ai jucat până acum, ai nevoie să treci printr-un ritual de iniţiere (v. *Actul de identitate*, vol. I). Un astfel de ritual presupune parcurgerea într-un timp foarte scurt a unor evenimente unice, cu caracter solemn, în timpul cărora o persoană iniţiată te supune unor încercări menite să-ţi dovedească ţie şi celorlalţi că ai devenit altcineva, un individ superior, ca el. Elementul psihic care trebuie să suporte cele mai profunde schimbări este memoria. Iar ca să ţii minte că eşti altcineva, trebuie să trăieşti cu

intensitate un anumit eveniment, care de multe ori s-a dovedit eficient în măsura în care era umilitor.

Cea mai gravă problemă psihologică legată de umilinţă este repetarea ei. Umilinţa menită să te iniţieze nu se poate repeta. În schimb, umilinţa menită să elimine concurenţa ta este repetată. Am menţionat această diferenţă pentru acei adolescenţi care se simt umiliţi de persoane adulte pe parcursul unor aşa-zise cursuri, pregătiri sau alte procese „educative”.

Castrarea ca umilinţă

Soldaţii mai experimentaţi obişnuiesc să-şi supună camarazii începători unor ritualuri de-a dreptul umilitoare. Ei consideră că exercită asupra „pufanilor” un ritual de iniţiere, justificându-se prin cuvintele: „Trebuie să înveţe şi ei ce este armata, că şi noi am suportat-o la fel”. În realitate, peste tot unde există concentrări de bărbaţi, se desfăşoară astfel de „ritualuri” de umilire a nou-veniţilor dintr-o altă raţiune decât iniţierea: castrarea simbolică (v. *Ritualuri de castrare*, vol. I).

Ea este menită să elimine surplusul de concurenţi de acelaşi sex, astfel încât să câştige cel mai puternic, în virtutea experienţei. Un astfel de comportament este exacerbat de convieţuirea celor de acelaşi sex într-o instituţie totală (v. *Centura de castitate*, vol. I). În aceste instituţii (cazărmi, spitale de boli cronice, închisori) se fac frecvent glume care mimează castrarea, pederastia, violul homosexual. Dar nu numai acolo pot fi întâlnite astfel de tendinţe, ci şi în tabere, internate sau alte locuri în care persoanele de acelaşi sex sunt nevoite să petreacă un anume timp împreună, în lipsa unui număr suficient de parteneri de sex opus.

Cum te umileşte o fată

Unele fete se laudă că şi-au bătut joc de mulţi băieţi care s-au îndrăgostit de ele. Pentru o astfel de fată, a avea în preajmă cât mai mulţi băieţi este o plăcere, dar a avea o

relaţie cu unul anume este imposibil. Din arsenalul umilitor pe care o fată îl poate folosi în detrimentul unui băiat fac parte:

— Ridiculizarea de faţă cu alţi băieţi, mai ales în privinţa performanţelor;

— Castrarea simbolică, prin expresii precum: „Vai, ce mică o ai!” sau: „N-o să poţi niciodată!”

— Capriciozitatea extremă, menită să-i ceară partenerului un efort sisific.

Poziţii umilitoare

Majoritatea fetelor cu viaţă sexuală activă, precum şi o parte dintre cele care încă n-au făcut sex consideră că poziţia „pe la spate” este umilitoare. De unde provine această convingere? Unele spun că se trage din faptul că nu-şi pot privi partenerul, altele susţin că arată a poziţie animalică (de altfel, ea mai este numită şi poziţia câinelui). În realitate, este vorba despre o foarte veche reţinere faţă de sexul anal, despre care menţionam la începutul acestei „lecţii” că simbolizează umilirea rituală a persoanei supuse. Alte fete, aflate la începutul vieţii lor sexuale, consideră umilitoare şi poziţia lor deasupra partenerului, considerând că sunt mult prea expuse privirilor lui. În ceea ce-i priveşte pe băieţi, unii consideră că sunt umilitoare poziţiile în care ei sunt imobilizaţi de către parteneră. După opinia mea, perceperea unor poziţii sexuale ca fiind umilitoare este doar expresia faptului că nu-ţi cunoşti suficient de bine partenerul şi propriul corp.

Reacţii la umilinţă

Din punct de vedere psihologic, umilinţa este resimţită mai ales de persoanele cu o imagine de sine suficient marcată de egocentrism, având în acelaşi timp o incapacitate relativă de a se confrunta cu pierderile. Se simt umiliţi prin excelenţă aceia care ajung să facă ceea ce considerau că nu vor face niciodată. Cu alte cuvinte, limitele ridicate de tine la rang de principiu îţi sugerează

că eşti umilit. Multe umilinţe sunt depăşite sub forma concesiei sexuale: credeai că nu vei ajunge nicicând să te laşi sărutată de el şi iată că ai ajuns la asta; credeai că n-ai să faci dragoste înainte de căsătorie şi iată că el te-a făcut să vrei asta; credeai că tu nu-i vei oferi nicicând sex oral partenerei tale şi iată că tocmai asta faci.

Acele tehnici sexuale care „nu se fac”, cum ar fi sexul oral, sexul anal, sexul în trei etc, sunt considerate umilitoare o dată ce sunt impuse sub o formă sau alta. Momentele cele mai delicate survin atunci când unul dintre parteneri consideră că o anumită tehnică este „normală”, iar celălalt o resimte ca umilitoare. Aici, ca şi în cazul curăţeniei, trebuie aplicat *principiul minimului standard*: aşa cum în privinţa curăţeniei cei doi parteneri trebuie să fie mai curaţi decât cel mai curat dintre ei, în privinţa umilinţei trebuie ţinut cont de sentimentele celui mai umilit dintre ei. Acest principiu este important, pentru că exercitarea repetată a umilinţei asupra partenerului este o reală piedică în dezvoltarea divergentă a cuplului din punct de vedere hedonic: unul va simţi din ce în ce mai multă plăcere, iar celălalt va simţi din ce în ce mai puţină.

Remediile umilinţei

Pentru ca partenera ta să nu se simtă umilită de diversele aspecte erotice ale relaţiei voastre, ea trebuie să înveţe să-şi depăşească limitele. Ea poate fi ajutată să elimine cuvântul „niciodată” din concepţiile sale despre sexualitate, poate fi încurajată să facă cu propria mână ceea ce face de obicei mâna celuilalt. O altă tehnică este aceea a gesturilor reciproce „în oglindă”, când ceea ce face un partener, face şi celălalt. O dată supusă unei umilinţe, o persoană recurge adesea la tăcere sau se manifestă inexplicabil împotriva celui care a umilit-o. O persoană protestează vehement atunci când este supusă unei umilinţe dacă are speranţa compensării acelei umilinţe prin reciprocitate, răzbunare, sau umilind la

rândul ei pe altcineva.

Imposibilitatea de a compensa umilinţa generează o traumă psihică destul de severă, care scade stima de sine, necesitând un ajutor foarte atent. Este cazul fetei de care s-a abuzat sexual cândva, având în prezent un partener care o iubeşte, dar cu care nu poate face dragoste aşa cum şi-ar dori. Care este cea mai potrivită atitudine în acest caz? Dacă această fată ar începe o terapie cu un psiholog, el ar încerca să faciliteze o retrăire simbolică a evenimentului traumatizant, astfel încât acesta să fie integrat ca experienţă de viaţă în personalitatea ei. La rândul lui, prietenul ei ar trebui să adopte o poziţie total diferită faţă de cea a bărbatului care i-a produs acel traumatism umilitor. Dar pentru asta el trebuie să cunoască detalii din comportamentul acelui om, iar ele nu pot fi obţinute în siguranţă decât de către un profesionist. Ca atare, cel mai indicat este ca fata respectivă să ajungă la un psihoterapeut, care împreună cu partenerul ei să încerce să-i schimbe percepţia în privinţa sexualităţii.

Când primeşti o sarcină…

Una dintre raţiunile vieţii sexuale este aceea a procreării. Corpul, dar şi comportamentul tău sunt făcute special pentru a favoriza apariţia unei sarcini dorite, fie că eşti băiat, fie că eşti fată. Deşi oamenii caută cu înfrigurare zonele plăcerii şi divertismentul prin sex, se pare că cele mai plăcute ipostaze sexuale sunt tot cele care duc la sarcină. De exemplu, tendinţa de a face dragoste cât mai des a apărut pentru a creşte şansele fecundării ovulelor Ei de către spermatozoizii Lui…

Cum să rămâi gravidă

Se spune că e mai uşor să faci copii decât să-i creşti. Într-adevăr, pentru a rămâne însărcinată, trebuie să îndeplineşti următoarele condiţii minime: să te afli în perioada fertilă a ciclului (de obicei la mijlocul intervalului de 28 de zile dintre două sângerări) şi să primeşti cât mai

aproape de intrarea în uter măcar un spermatozoid. La aceste condiţii minime se adaugă însă o serie de alte condiţii, de care s-a îngrijit natura: un aparat genital dezvoltat, un uter sănătos, ovule produse la timp, spermă cât mai fertilă etc. Pentru a creşte probabilitatea de a rămâne însărcinată, unei femei îi este recomandată poziţia clasică (pe spate), folosită o dată pe zi, mai multe zile la rând în perioada fertilă, cu un bărbat care a avut o abstinenţă prelungită. E bine să nu se folosească substanţe acide în interiorul sau la intrarea în vagin, căci acestea ar paraliza şi chiar ucide spermatozoizii; dimpotrivă, sunt recomandate băile cu apă, în care s-a pus puţin bicarbonat, căci spermatozoizilor le place mediul uşor alcalin. După ce face dragoste, e bine ca femeia să stea cam jumătate de oră pe spate, cu partea de jos a corpului ceva mai ridicată, punând o pernă sub bazin. Pentru a afla cât mai exact în ce zi a ciclului au ovulaţia, femeile care îşi doresc o sarcină pot măsura temperatura din vagin în fiecare dimineaţă, în perioada dintre două menstruaţii. Vor observa că într-o zi temperatura scade cu aproape un grad, apoi creşte brusc tot cu un grad şi se menţine tot aşa până la ciclul următor. Ziua anterioară creşterii temperaturii este cea a ovulaţiei, iar la femeile cu cicluri regulate ea este aceeaşi de fiecare dată. A face dragoste în acea zi este reţeta cea mai sigură pentru a avea un copil.

O poveste de dragoste în tine

Ovulul tău se pregăteşte îndelung pentru ziua a 14-a a ciclului, când va pleca la „întâlnire cu un necunoscut”. Casa lui părintească, unul dintre ovare, se află la câţiva centimetri de una dintre trompele uterine; ovulul este „exilat” din casă şi s-ar pierde prin abdomen dacă trompa n-ar avea nişte degete” cu care să-l prindă dirijându-l spre interiorul ei. El este purtat de mişcările fine ale mucoasei către uter timp de cinci zile, interval în care ar trebui să aibă loc „întâlnirea”. „Partenerul” este unul dintre cele

300 de milioane de spermatozoizi prezenţi în vaginul unei femei care tocmai a făcut dragoste. Spermatozoizii sunt activi în corpul femeii cam 48 de ore (unii însă rezistă şi zece zile). Călătorind cu trei centimetri pe oră, cam 2000 dintre aceşti spermatozoizi ajung în trompă la două ore de la ejaculare, urmând ca un singur spermatozoid să fecundeze ovulul, penetrându-l cu capul lui ţuguiat. Va să zică, bietul ovul nici nu ajunge în uter, că se şi trezeşte fecundat; imediat după aceea, el va suferi diviziuni succesive şi va călători către partea de sus a uterului, cuibărindu-se acolo. De acum înainte, modificări rapide vor avea loc nu numai în embrion, ci şi în corpul viitoarei mame.

Cum să nu rămâi gravidă

Poate tocmai modificările produse de sarcină în corpul tău sau frica de consecinţele ei sociale te fac să eviţi o astfel

de situaţie. Sau poate pur şi simplu nu ai chef de complicaţii şi de aceea vrei să ştii cum se poate evita o sarcină nedorită. Ei bine, pentru a evita sarcinile, trebuie să foloseşti una dintre piedicile care pot împiedica procesul descris mai sus. Poţi face dragoste cu un bărbat care are vasectomie (canalele lui deferente sunt secţionate, astfel încât sperma nu mai poate ajunge la exterior), poţi folosi pastile anticoncepţionale pentru a nu mai avea ovulaţii, poţi face dragoste evitând ejacularea în vagin, poţi folosi un prezervativ masculin sau unul feminin, ambele reţinând sperma în interiorul lor, poţi folosi anticoncepţionale locale care conţin o substanţă acidă ce distruge spermatozoizii, poţi pune la intrarea în uter un „căpă-cel” care opreşte pătrunderea spermei, sau un bureţel cu substanţe spermicide, îţi poţi implanta în uter un sterilet care împiedică nidarea (cuibărirea) ovulului

fecundat, poţi chiar să faci o operaţie de secţionare a trompelor uterine prin care ar trebui să călătorească ovulul la „întâlnire”, sau poţi, pur şi simplu, să faci dragoste cu mult în afara perioadei fertile. Fiecare dintre aceste metode are eficienţa, riscurile şi detaliile ei, pe care le poţi afla de la un cabinet de planificare familială.

Sex şi încredere

Aşa cum dragostea este oarbă, şi încrederea poate fi oarbă. Ia-ţi prietenul de braţ, închide ochii şi încearcă să mergi astfel pe stradă măcar vreme de un minut. Vei vedea cât de greu e... Dobândirea imediată a încrederii în persoana pe care o iubeşti arată cât de uşor îl poate domina instinctul sexual pe cel de conservare. Şi, pentru ca lucrurile să fie şi mai complicate, trebuie spus că şi instinctul de asimilare prin cunoaştere este superior celui de conservare. Prin urmare, cel puţin două laturi instinctive ale fiinţei tale îţi spun la această vârstă să laşi deoparte teama şi să te încrezi în persoana iubită...

Încrederea se defineşte în timp

În viziunea lui Erikson, primul stadiu de dezvoltare psihologică a omului este cel de dobândire a încrederii, desfăşurat în primul an de viaţă (v. *Stadiile lui Erikson*, vol. I). E vorba de o încredere primară în tot ceea ce este, manifestată sub forma unei dependenţe necondiţionate. Pe măsură ce în psihicul copilului se dezvoltă conştiinţa de sine, cresc şansele de a conştientiza faptul că în unele persoane are încredere, iar în altele nu. Copiii par naivi tocmai pentru că li se poate câştiga încrederea cu lucruri considerate de adulţi ieftine (o minciună, o ciocolată). Fiind fiinţe sociale, oamenii au nevoie să acorde şi să aibă parte de încredere. Când cineva are încredere în tine, te confirmă ca individ cu influenţă socială. Această nevoie subtilă face parte din aceeaşi categorie cu nevoia de a ţi se ţine minte numele, de a putea convinge sau chiar hipnotiza alţi oameni.

Încredere şi ataşament

Pe măsură ce relaţiile intrafamiliale se consolidează pe criterii afective, se produce un ataşament care aduce după sine o încredere secundară faţă de cei cu care convieţuieşti, împărtăşindu-le multe. Aceasta este încrederea în persoana care este „cineva” pentru tine („Am încredere în ea pentru că este mama mea”) şi faţă de care ai dezvoltat nu numai un ataşament, ci şi o apartenenţă. Urmează dobândirea încrederii în cineva care a făcut ceva pentru a ţi-o câştiga (de exemplu, ţi-a făcut o confesiune şi astfel ţi-a devenit prieten).

Încredere în străini

Dobândirea încrederii într-un străin este un proces prin care cineva sistematizează anumite trăsături ale cuiva ca fiind securizante. Dar nu numai faptele, ci şi un anumit tip de figură, un anumit ritm al mişcărilor, o oarecare siguranţă de sine sunt elemente care te pot face să simţi o încredere necondiţionată faţă de o persoană căreia de fapt nu-i pasă de tine. Acest lucru se întâmplă pentru că acea persoană îţi aminteşte de cineva din familie, faţă de care ai o încredere primară. Aşa cum am menţionat la „lecţia” despre discursul persuasiv (v. *Cu părinţii pe cap*), persoana de încredere este

profesionistă, convingătoare prin gesturi şi atitudini, curată din punct de vedere etic.

Cum se dobândeşte încrederea Dacă eşti străin faţă de cineva, îi poţi câştiga încrederea pe două căi: prin îndepărtarea unor pericole evidente şi prin anularea capacităţii de a resimţi teama. În privinţa dobândirii încrederii prin îndepărtarea pericolelor, legendele sunt pline de povestiri relatând legătura durabilă ce s-a stabilit între un leu şi un viteaz care i-a scos un ghimpe din labă. Şi în realitate, un pacient capătă încredere mai mare într-

un medic care i-a făcut o operaţie reuşită decât într-un sudor care i-a acoperit balconul.

În privinţa anulării capacităţii de a simţi teama, aceasta se realizează de obicei prin sugestie, folosind cuvinte sau gesturi imperative. Există o parte raţională şi una afectivă a fricii. Tot aşa, încrederea are o componentă raţională şi una emoţională, aceasta din urmă conturând ataşamentul faţă de persoana care-ţi inspiră încredere. Partea raţională este folosită în elaborarea unei explicaţii pentru faptul că ai încredere în cineva. Partea afectivă iese la iveală atunci când persoana traumatizată constată că, deşi ar trebui să se teamă, nu resimte teamă. Cu toate că încrederea unei femei într-un bărbat se bazează pe fapte şi mai puţin pe cuvinte, sunt femei care capătă încredere oarbă într-un bărbat în doar câteva secunde, fiind fascinate de figura lui sau de o simplă expresie imperativă rostită de el.

„Nu mai am încredere în nimeni !”.

Uneori e uimitor cât de puţin îi trebuie unei persoane ca să-şi piardă încrederea în ceilalţi. Acea persoană obişnuieşte să spună: „Am oferit totul şi am fost trădată”. De fapt, e vorba de pierderea încrederii în persoana reprezentativă pentru sexul opus: „Nu mai am încredere în bărbaţi” sau „Nu mai am încredere în femei”. Lipsa de încredere este exprimată tocmai în prezenţa celui care se poartă mai afectuos, mai atent, mai demn de încredere. Acest comportament este o rămăşiţă a ceea ce face un copil atunci când este persecutat de un străin: se răzbună pe mama lui. Într-o astfel de situaţie, nu trebuie să faci o dramă din afirmaţia generalizatoare şi nici s-o transformi într-o piedică permanentă a relaţiei cu acea persoană. Pur şi simplu, trebuie s-o antrenezi într-un şir de evenimente care să vorbească în locul tău.

Abuz de încredere

Cui îi aparţine încrederea? Celui care o inspiră sau

persoanei care o resimte? Dacă judecăm după criteriile sugestiei şi hipnozei, încrederea este mai degrabă capacitatea persoanei care se simte încrezătoare şi nu a persoanei în care ea are încredere. Când ai încredere în cineva pe motiv că „este pentru tine” şi nu pentru că a făcut ceva pentru tine, ai tendinţa de a te întoarce la acea persoană chiar dacă te dezamăgeşte, ca un copil care, bătut de mama sa, tot la ea în braţe se duce să plângă. Oamenii cu personalitate narcisistă caută cel mai adesea să profite de încrederea cuiva. De asemenea, când personalitatea unuia dintre parteneri este marcată de tulburări isterice, între cei doi se manifestă numeroase conflicte ce au la bază dilema încrederii.

Bănuitor în dragoste

Când nu ai încredere în tine, devii bănuitor faţă de ceilalţi. Dacă ţi s-au rupt cumva pantalonii în fund, ţi se pare că toată lumea râde de tine pe la spate, deşi e evident că nu despre tine e vorba. În timp ce încrederea este o formă de relaţionare prin inhibiţie, suspiciunea este o producţie a minţii tale. Delirul paranoid, extrema formă de suspiciune la om, este o alterare a gândirii care începe să producă idei despre ce tot fac ceilalţi împotriva lui. Gelozia este strâns înrudită cu această tulburare a gândirii, fiind şi ea o producţie mentală şi nicidecum o lipsă a încrederii. Cu alte cuvinte, gelozia nu apare din lipsă de încredere în partener, ci datorită lipsei de echilibru a minţii, care nu poate evita producţiile de idei în exces. Dacă vrei ca relaţia cu persoana iubită să fie ferită de gelozie.

trebuie să-i cultivi încrederea în ceea ce eşti pentru ea şi nu în ceea ce faci…

Încrederea informată

În managementul relaţiilor umane există de câţiva ani termeni precum „decizie informată” şi „consimţământ informat”. Ele exprimă necesitatea omului modern de a

dispune de informaţie înainte de a lua o decizie. Această atitudine este menită să reducă riscurile acelei decizii, aducând beneficii atât celui investit cu încredere, cât şi celui care oferă încredere. Decizia de a avea încredere în cineva trebuie luată în deplină conştientă şi pentru o perioadă limitată de timp, dar fără să fie marcată de suspiciune. Nu poţi spune cuiva: „După ce mi-ai făcut asta, nu mai am niciun strop de încredere în tine”. Încrederea într-o persoană dragă trebuie ancorată în prezent, condiţionată de faptele zilei respective şi nu garantată pe veşnicie. Atunci când ştii că ai de pierdut foarte mult pierzându-ţi încrederea în cineva, trebuie să anunţi din timp ce măsuri vei lua şi să te ţii de cuvânt.

3 Idei cu transmitere sexuală

Făcând dragoste, oamenii se pot influenţa unii pe alţii radical, schimbându-şi chiar destinele. După prima noapte de dragoste, o fată poate rămâne ataşată mulţi ani de partener, chiar dacă el se dovedeşte a fi un om de nimic. Printr-un mecanism pe care psihologii îl numesc raţionalizare, ceea ce este trăit la început sub imperiul impulsului este evaluat, asociat, ierarhizat, personalizat, transformat în concluzie. Şi acestea, în bună parte, depind de partenerul tău.

Delia mergea la ore de balet în fiecare săptămână. Părinţii au încurajat-o să considere baletul o carieră şi să muncească asiduu pentru ea. Erau bucuroşi că fiica lor, credincioasă şi virgină, va avea o pasiune încântătoare pentru orice fată. N-au trecut nici două săptămâni de balet, că Delia mi-a scris la radio, mărturisindu-mi o nelămurire care suna cam aşa: „Profesorul meu de balet este un om extraordinar. Este un balerin desăvârşit, aş vrea să fiu ca el, mai ales că şi el mă crede deosebită. Ieri a vrut să facă lecţii doar cu mine; mi-a spus că sunt făcută pentru balet şi că mă potrivesc cu el. Oare e normal să spună asta?” Răspunsul meu a fost: „Cred că trebuie să

joci două roluri distincte faţă de profesorul tău: unul de elevă care îl respectă şi altul de fată frumoasă care nu-l acceptă. Ar fi normal să predomine rolul de elevă, iar cel de fată să fie reglementat cu ajutorul unor oameni pe măsura profesorului. Nu uita că atingerea transformă un bărbat într-o bombă cu fitil, iar ţie îţi poate dezvolta un ataşament nepotrivit. Vorbeşte cu tatăl tău să te aducă la balet de fiecare dată, pentru ca el şi profesorul să se cunoască mai îndeaproape”. La doar câteva zile, o altă scrisoare de la Delia îmi mărturisea: „Profesorul mi-a spus că trebuie să fiu a lui. Nu i-am



& 2 ggă-z & kputut spune tatălui meu asta, mai ales că profesorul a ţinut să-mi spună că, dacă nu sunt o elevă disciplinată, va avea grijă ca baletul meu să nu mai existe. Mă obsedează persoana acestui om; ba este atent cu mine, ba este rece şi ameninţător. Cum să-l fac să mă înţeleagă?” Răspunsul meu era: „Trebuie neapărat să vorbeşti cu un adult care vă cunoaşte pe amândoi. Nu poţi rezolva singură această problemă decât nemaifrecventând orele de balet măcar o vreme/ l-am dat şi un număr de telefon la care să-mi ceară ajutorul la nevoie. Ştiam că profesorul trebuie să primească urgent un semnal ferm de la un adult. A urmat o tăcere în scrisorile Deliei, iar după vreo două luni un mesaj teribil mi-a parvenit: „Urma să avem

spectacol cu un ansamblu de balet celebru. La ultima repetiţie profesorul m-a violat în depozitul de costume. Nu mă mai duc la balet. Nici nu mai ies din casă”. Cu toate apelurile mele prin radio, Delia nu a mai apărut.

Pygmalion şi femeia lui

Legenda spune că Pygmalion, un tânăr şi talentat sculptor, s-a străduit mulţi ani să creeze o statuie la fel de frumoasă ca femeia din închipuirea lui. Pe măsură ce sculpta, Pygmalion se îndrăgostea tot mai tare de opera lui, iar când aceasta a fost gata, s-a dovedit a fi atât de reuşită, încât a prins viaţă. Tot astfel, a prins viaţă şi iubirea lui Pygmalion pentru creaţia lui...

De ce e sculptorul bărbat?

Dacă ar fi să alcătuim un cuplu ideal, am căuta probabil un bărbat cu experienţă şi o femeie pură. Acest lucru este intuit până şi de cei mai începători băieţi care, aflându-se în situaţii concrete cu partenera lor, afişează alura unui bărbat sigur pe el, care ştie totul şi are o explicaţie pentru orice. Astfel, se iveşte posibilitatea de a se manifesta cel mai controversat atribut al masculinităţii: dominaţia partenerei. O fată care are convingeri feministe (feminismul este o mişcare socială care promovează interesele femeii într-o lume dominată de bărbaţi) ar protesta vehement împotriva ideii de dominaţie masculină, dar tot ea ar fi aceea care, aflată într-o situaţie de cuplu incertă, ar spune că are nevoie ca el să facă ceva. Şi tot femeile sunt acelea care, solicitate să facă descrierea bărbatului ideal, adaugă adesea: „Aş vrea să simt că mă domină”. Relaţia dintre bărbat şi femeie în interiorul cuplului se bazează pe roluri şi nu pe egalitate cu orice preţ. De altfel, orgoliul de a nu pierde în faţa celuilalt este una dintre cauzele conflictului cu acea persoană. Dominaţia partenerei, chiar şi temporară, este pentru bărbat atât de încurajatoare, încât poate predispune la generozitate şi tandreţe. În schimb, simţindu-se dominat

de partenera lui, bărbatul va deveni agresiv, exagerând intensitatea loviturilor adresate ei, pentru a se ridica deasupra prin forţă.

Dar şi femeia poate sculpta...

Să fie lucrurile chiar atât de dure şi nedrepte când e vorba de un bărbat şi o femeie? Din păcate, da. Asta înseamnă că băiatul trebuie să-şi înceapă viaţa sexuală cât mai devreme şi să facă pe durul, iar fata să nu aibă experienţă şi să facă pe naiva? Nici chiar aşa. După cum am spus mai sus, e vorba despre roluri învăţate. Ele nu trebuie să fie exercitate permanent, ci doar în situaţii limită sau simbolice. O situaţie limită este aceea care are consecinţe serioase asupra celor doi, cum ar fi apărarea de un agresor. O situaţie simbolică, în schimb, nu are consecinţe prea grave, dar duce la concluzii despre o stare de fapt care se repetă adesea (de exemplu, situaţia în care unul îi spune celuilalt: „Taci, acum vorbesc eu”). Uneori, ea este aceea care domină şi are pretenţia că-şi formează partenerul. Dar nu dominaţia ajută o femeie să facă din partenerul ei persoana ideală; pentru ca ea să aibă posibilitatea de a influenţa dezvoltarea acestuia, trebuie să acţioneze prin intermediari sau prin aşa-zisa metodă „în doi timpi”. Intermediarii sunt, de preferat, persoane pe care partenerul le preţuieşte şi de care este obişnuit să asculte: de exemplu, mama sau prietenul cel mai bun. În ceea ce priveşte influenţarea lui în doi timpi, ea se aplică astfel: ea îşi emite întâi părerea sub forma unui capriciu pe care el nu trebuie să se simtă obligat să-l îndeplinească, dar simte că-l poate îndeplini, iar mai târziu (după câteva zile) ea aminteşte despre acel capriciu ca despre ceva aproape realizat.

Influenţe reciproce

Mulţi oameni de bun-simţ ar spune că cel mai bine e ca cei doi să se întâlnească virgini şi să se formeze unul pe altul, aşa cum trebuie să fi făcut Adam şi Eva. Să nu uităm

însă că lumea de astăzi este fundamentată pe prejudecăţi cum ar fi dublul standard (ce e valabil pentru bărbaţi nu e valabil şi pentru femei), conceptul supraspecializării profesionale, sau ideea că numai făcând lucruri şocante vei putea ieşi în evidenţă. Aceste tare ale societăţii actuale le cer imperios celor doi exercitarea unor roluri cât mai distincte, pentru ca ei să simtă că au format un cuplu de succes. Cu siguranţă că cei doi parteneri se influenţează reciproc; dar într-un cuplu modern, unul se poate folosi de influenţa celuilalt pentru a afla ceva mai degrabă despre el însuşi decât despre partener.

le-ar putea trăda statuia?

„Am învăţat-o tot ce trebuie să ştie o femeie, am ridicat-o din noroi şi ea m-a trădat cu cel mai bun prieten!” Ţi se pare cunoscută această frază? Ea exprimă situaţia în care persoana radical schimbată de viaţa de cuplu simte nevoia să caute un alt partener, potrivit statutului nou dobândit. Dacă judecăm prin prisma devenirii fiecăruia, constatăm că modificările treptate ale personalităţii partenerei sunt menite să ducă la o revoluţie interioară, soldată cu obţinerea unei noi identităţi. Astfel, cea care a fost formată de-a lungul anilor va zice într-o zi: „Eu sunt altcineva şi am nevoie de alte persoane înjur”. De aceea, dacă te-ai decis să-ţi influenţezi radical partenerul, e important să nu-i dai de înţeles că a devenit altcineva, ci că e aceeaşi persoană, cu performanţe îmbunătăţite. Din când în când e bine să depeni amintirile începutului vostru comun, astfel încât să nu se piardă legătura cu situaţia care v-a unit.

Unul pe viaţă

Sună a sentinţă? Credeţi că este o pedeapsă destul de mare, dragi băieţi, să aveţi o singură parteneră pe viaţă? Unii dintre voi vor spune: „Da. E prea mult să ai prea puţin”. În schimb, unele fete vor spune că ar fi minunat să aibă un singur bărbat toată viaţa (mai ales

dacă este persoana iubită...). De ce oare în sânul speciei noastre s-a dezvoltat de mii de ani această discrepanţă dintre băieţi şi fete? Băieţii vor mai multe fete, fetele vor un singur băiat.

Bărbat ca tata nu găsesc!

Tatăl este cel care poate orice; el promite, aduce, face, e vesel, apreciat de alţii, se impune. Tandreţea lui e ca un asalt, nu poţi să scapi de ea. Pe el îl aşteaptă fetiţa lui, să-i arunce prima privire când intră în casă. Aşa ajunge ea să spună: „Când o să fiu mare, o să mă mărit cu tata!”, iar mai târziu: „Eu n-o să mă mărit niciodată, pentru că om ca tata nu găsesc!” Poate că fetele, ajungând femei, încep să nu mai dorească să aibă un singur bărbat. Iată un caz:

O fată frumoasă, ai cărei părinţi erau despărţiţi, a vrut să-şi vadă tatăl, după mulţi ani. L-a găsit beat şi a fost şocată să vadă că făcea tot ce putea pentru a se culca cu ea. Astfel, fata a cunoscut sexul de la cine nu trebuia şi ani de zile s-a simţit îngrozitor. La puţin timp după agresiune, pasiunea ei ascunsă a devenit seducerea bărbaţilor cu autoritate (profesor de pictură, antrenor de tenis), dar când vreunul dintre aceştia se apropia s-o atingă, groaza se instala rapid pe faţa ei. A reuşit să-şi facă un prieten, a învăţat de la el ce înseamnă dragostea de la un capăt la altul, dar alt bărbat nu mai poate exista în viaţa ei. Dacă iubitul tău e perfect, mai poate exista un alt bărbat în viaţa ta?

Aparent, e o chestiune de morală...

În primul rând, se pune, bineînţeles, problema moralităţii. Fetele sunt învăţate că nu e frumos, nu e bine să ai mai mulţi parteneri. E ideal să ai un singur iubit cu care să faci dragoste în noaptea nunţii, rămânând cu el toată viaţa. Problema pe care mi-o pun ca psihiatru, dragi prieteni, nu este dacă e bine sau rău, ci dacă poţi sau nu poţi să faci acest lucru. Apropiaţii îţi vor spune să te uiţi în jur, pentru că mulţi îşi doresc să fie cu tine, dar tu îi

respingi spunându-le că nu poţi. Uneori e prea târziu să spui că nu poţi. Atunci când au necazuri sau încearcă să-şi caute un serviciu, le recomand pacienţilor mei să-şi găsească încă un serviciu atâta timp cât le e bine la cel pe care-l au în prezent. De ce? Fiindcă acest gest este în deplină armonie cu natura umană, potrivit căreia, atunci când ţi-e bine, cauţi să-ţi fie şi mai bine.

Puţină gelozie fiziologică

Atunci când ţi-e rău, nu eşti în stare nici măcar de puţin mai bine. Vedeţi aşadar, dragi fete, că nu trebuie să aşteptaţi ziua în care aveţi nevoie ca un alt băiat să vă scoată din starea în care sunteţi! Aveţi nevoie de ziua în care, simţindu-vă bine, să vă demonstraţi că puteţi fi valabile şi pentru alţi băieţi, fără să vă trădaţi iubiţii, fără să-i înşelaţi, ci doar simţind că aţi putea s-o faceţi. Această minimă cantitate de poligamie virtuală este foarte bună în cuplu, pentru că produce o mică şi fiziologică gelozie. Ştiind că eşti valabilă şi pentru altcineva, partenerul tău va simţi mult mai mult pentru tine. Şi, în plus, e important să faci asta şi pentru a-ţi satisface nevoia de confirmare ca femeie. O bună parte dintre femeile măritate vin la psiholog şi-i spun: „Ştiţi ceva? După ce m-am chinuit cu soţul meu ani de zile, am făcut dragoste cu un altul şi am ajuns la concluzia că sunt într-adevăr femeie, că pot să simt o plăcere; nu credeam că poate fi atât de bine”. Atunci când ajung să dea sfaturi fetelor tinere, ele vor spune: „E bine totuşi să nu ai un partener toată viaţa, fiindcă trebuie să ai termen de comparaţie”.

Două feluri de femei

Există două feluri de femei care au un singur partener în viaţa lor. Din prima categorie fac parte cele cărora le e frică de împlinire; li se pare pur şi simplu că nu trebuie să treacă peste un prag al vieţii, căci nu ştiu ce se află dincolo.

În cea de-a doua categorie intră femeile cărora le e

frică de principiile morale, pe care încă nu le-au asimilat. Aici e vorba de principiile părinţilor, ale religiei, ale partenerului etc. Vedeţi aşadar că frica, şi nicidecum principiul, joacă un rol foarte important în dorinţa de a avea un singur partener toată viaţa.

Şi cu băieţii cum rămâne?

Se spune că un bărbat trebuie să cunoască multe femei pentru a acumula experienţă. Specia umană este poligamă prin genetică, dar monogamă prin opţiune. Poligamia bărbaţilor pare a fi o compensaţie a pericolului consangvinităţii la o specie care trăieşte sedentar, în comunităţi închise. Cu alte cuvinte, pentru a preveni anomaliile genetice ale copiilor, bărbaţii au tendinţa instinctivă de a avea mai multe partenere de-a lungul vieţii. Acest lucru se vede foarte clar în comportamentul celor obişnuiţi să călătorească – şi care îi asimilează şi influenţează pe alţii – lucruri menite să-i transforme în parteneri viabili. Un bărbat lipsit de această experienţă va ajunge desconsiderat tocmai de femeia lui.

În concluzie, e bine sau nu?

E bine să poţi avea un singur partener toată viaţa; dar aceasta trebuie să fie o alegere făcută în cunoştinţă de cauză. Iar pentru a alege în cunoştinţă de cauză, ai nevoie de mai mulţi parteneri… Important este să nu ţi se pare că eşti forţată să rămâi cu cineva cât vei trăi; trebuie să simţi cât mai clar că ai mai putea fi şi cu altcineva, dar păstrezi pentru omul vieţii tale ceva ce n-ai oferit nimănui…

Religie şi sex

Pentru unii adolescenţi, pe locul întâi stă credinţa religioasă impusă de părinţi şi abia apoi se face loc dragostei faţă de o persoană anume. Pentru alţii, există întâi aventura dragostei şi, mai târziu, odată cu experimentarea disperării, survine întoarcerea către Dumnezeu. Fiind convins că el poate face orice şi nu are nevoie de divinitate pentru a reuşi, un tânăr poate să

spună: „Eu nu cred decât în mine însumi”.

Religia ca piedică

Religia te împiedică să-ţi împlineşti dezideratele atunci când nu vine din tine, ci din altul. Adesea, am putut întâlni tineri sau tinere ai căror părinţi erau credincioşi, fiind instituţionalizaţi într-o Biserică sau alta. Ştiind că, de obicei, un copil crede în părinţii lui, acei părinţi se simţeau îndreptăţiţi să impună aceeaşi credinţă copiilor. Dar vârsta adolescenţei, cu preocupările ei „păcătoase”, cum ar fi cunoaşterea, răzvrătirile şi sexualitatea, nu rezonează prea bine cu vârsta adultă sau cu bătrâneţea, la care credinţa atenuează cel mai bine neliniştile morţii.

Aşadar, pentru adolescenţi se naşte o dilemă: te naşti în credinţa părinţilor tăi şi o păstrezi toată viaţa sau îţi alegi credinţa după cum îţi dictează propria conştiinţă? Dacă aducem la un numitor comun religia şi psihologia, putem spune că un copil se naşte cu o credinţă sau cel puţin cu o atitudine pozitivă faţă de lume, fără să poată exprima acest lucru în cuvintele vreunei religii. De altfel, puritatea copilului este evocată de mai toate religiile ca exemplu pentru credinţa adulţilor. Din aceste „axiome”, putem deduce că aparţii religiei în sânul căreia te naşti, adică a părinţilor tăi. La vârsta adolescenţei pot exista momente de luptă crâncenă între dragostea şi religia aceleiaşi persoane, deoarece cunoaşterea erotică, neconsfinţită prin căsătorie, dar devenită prioritară la această vârstă, este considerată de religie ca fiind un păcat grav.

Cum împaci credinţa cu viaţa sexuală?

Credinţa te învaţă să iubeşti cu adevărat. Citind cartea credinţei şi căutându-i înţelesurile în jurul tău, vei vedea că există o armonie între iubirea faţă de un om şi iubirea faţă de Dumnezeu. Iată, reformulate în spiritul acestei cărţi, câteva învăţături ale Bibliei care s-au dovedit a fi valabile în numeroase situaţii ale vieţii în doi:

— Să oferi fără să aştepţi vreo recompensă;
— Să nu râvneşti la partenerul altuia;
— Să nu cauţi doar plăcerea în cele ce faci;
— O dată căsătorit, să-i laşi pe părinţii tăi pentru a fi cu partenerul de viaţă;
— Să protejezi viaţa care se naşte din viaţa ta sexuală.

Înfrânate şi desfrânate

Ca om, eşti o fiinţă prin excelenţă hedonică, adică profund ataşată plăcerii (v. *Cu plăcere*, vol. I). Multe dintre problemele vieţii tale sunt condiţionate de relaţia cu plăcerile pe care le cauţi. Dacă ceri sfatul unui psiholog, el îţi va spune că esenţa formării caracterului unui om stă în dobândirea capacităţii de autocontrol prin amânarea plăcerilor. Dacă ceri sfatul unui preot, îţi va spune la rândul lui că nu există împăcare între dorinţă şi credinţă şi că trebuie să renunţi la plăcere pentru a fi mântuit. Stilul de viaţă care cultivă renunţarea la plăcere se numeşte asceză şi este pus în practică prin celibat (virginitate, renunţare la căsătorie) şi sărăcie (renunţarea la profitul material). Pe de altă parte, creştinismul susţine cu tărie procrearea încă de când Dumnezeu i-a promis lui Abraham că va avea descendenţi câţi firele de nisip, făcând din înmulţirea poporului evreu un lucru de maximă însemnătate. Semnificativ în acest sens e că una dintre cele mai aspre pedepse divine a primit-o Onan, personajul biblic care, în loc să asigure urmaşi cu nevasta fratelui său mort, a preferat să-şi arunce „sămânţa” pe jos.

Sex şi lege

Pentru a asigura libertatea fiecărui individ fără ca acţiunile unuia să afecteze interesele celorlalţi, oamenii au stabilit de-a lungul timpului convenţii şi reguli sociale, cu titlu de obligativitate universală. În ziua de azi, legea este aplicată de stat prin instituţii specializate. Toţi cetăţenii unei ţări sunt obligaţi să cunoască legea, şi de aceea niciun

agresor sexual nu rezolvă nimic spunând: „Nu ştiam că încalc legea”. Iată de ce confruntarea cu legea a devenit una dintre implicaţiile cele mai grave ale vieţii sexuale a unui tânăr într-o societate modernă.

Cum este incriminat sexul în general, legea recunoaşte intimitatea sexuală a indivizilor, dar incriminează adesea manifestările sexuale în public. Noroc că delimitarea a ceea ce este sexual e destul de clară din punct de vedere legal: nu e vorba de sărut, mângâieri sau alte tandreţuri, ci de acte ce implică organele genitale ale cel puţin unuia dintre parteneri. De asemenea, există o serie de factori agravanţi, cum ar fi existenţa unei victime minore, agresarea sexuală în grup, practicarea perversiunilor sexuale, consecinţele patologice asupra victimei, rezultarea unei sarcini, posibilitatea ca agresorul să fi avut un rol în educarea sau îngrijirea victimei etc. Pentru a fi cât mai obiectivă în aprecierea delictului sexual, instanţa are nevoie de martori, de probe precum prezenţa spermei în vaginul victimei, durata spitalizării pentru refacerea victimei etc.

Viol, abuz sexual

Violul este situaţia în care, împotriva consimţământului victimei sau profitând de faptul că victima nu are posibilitatea sau discernământul de a-şi exprima consimţământul, agresorul întreţine relaţii sexuale cu ea. Abuzul sexual şi hărţuirea sexuală nu sunt deocamdată incluse ca atare în legislaţia românească, dar merită menţionate, căci nu se ştie dacă nu vei fi chiar tu acela care va acoperi această carenţă (v. *Aluziile la sex*)... Legea nu precizează dacă victima unui viol este un bărbat sau o femeie, ci o denumeşte generic „persoană”. Practic, nu prea sunt întâlnite cazuri de viol săvârşite de femei asupra bărbaţilor. Teoretic, o femeie poate supune fizic un bărbat şi poate obţine o erecţie împotriva voinţei lui prin metode chimice (afrodiziace), fizice (de exemplu, prin

strangulare prelungită!) sau „psihologice” (cum ar fi sexul oral). Însă situaţia în care o femeie face uz de putere pentru a obţine o satisfacţie sexuală de la o persoană de sex masculin este încadrabilă mai degrabă în categoria abuzului sexual decât în aceea de viol.

Consimţământ şi discernământ

Consimţirea la o relaţie sexuală poate fi dedusă atât din vorbe, cât şi din atitudini. În general, se consideră că nu ţi-ai dat consimţământul dacă ai spus „Nu!” şi dacă ai încercat să eviţi întrunirea condiţiilor de a fi agresată sexual. Situaţia agresorului nu este ameliorată de faptul că victima şi-a exprimat consimţământul de a avea relaţii sexuale cu el, dacă acea victimă era minoră (avea deci sub 18 ani). Cât timp este minoră, o persoană este reprezentată în faţa legii de către tutorii ei legali, care pot fi părinţii sau alte persoane şi instituţii numite de lege în această funcţie. În ceea ce priveşte discernământul, el este capacitatea cuiva de a lua decizii în cunoştinţă de cauză şi de a prevedea consecinţele faptelor sale. Această capacitate este evaluată de către experţi numiţi de o instanţă legală, atunci când există suspiciunea că făptaşul „nu ştia ce face”. De exemplu, e posibil ca o persoană retardată mintal sau afectată de o boală psihică gravă să nu aibă discernământ, dar să manifeste o oarecare dezinhibiţie şi instabilitate, care o predispun la agresiuni sexuale împotriva celor din jur. Dacă această persoană va săvârşi un viol, ea nu va fi pedepsită cu închisoarea, ci va primi un tratament obligatoriu într-un spital cu regim special.

Expertiza medico-legală

Dacă ai suportat o agresiune sexuală, trebuie să ştii că ai de luat câteva măsuri urgente. Ele privesc siguranţa, sănătatea şi interesele tale. Pentru siguranţa ta, trebuie să apelezi la poliţie sau să faci în aşa fel încât măcar încă o persoană de încredere să aibă cunoştinţă despre acest

eveniment. Pentru sănătatea ta, trebuie să reduci la minimum riscul de a avea hemoragii, infecţii, o sarcină sau dezechilibre psihice, iar pentru aceasta trebuie să te prezinţi la medic în regim de urgenţă. Nu uita că aceste urmări sunt cele care îţi pot aminti mai târziu la modul cel mai neplăcut ceea ce s-a întâmplat. Atenţie: e bine să te speli, mai ales că acest gest este făcut aproape instinctiv de către victimele care vor să se „purifice” după un viol, dar trebuie să ştii că astfel vei îndepărta în bună parte probele pe care le-ar putea examina medicul legist. De aceea, priorităţile sunt următoarele: dacă starea sănătăţii tale este alarmantă, mergi mai întâi la medicul de urgenţă, care te poate trimite cu o ambulanţă la medicul legist sau poate redacta în detaliu ceea ce a constatat în urma examinării tale. Dacă mai eşti încă în pericol, prezintă-te întâi la poliţie. Dacă niciunul dintre riscurile de mai sus nu este acut şi nici nu intenţionezi deocamdată să denunţi agresiunea suferită, prezintă-te întâi la serviciul de medicină legală. Acolo vor fi estimate acele consecinţe imediate asupra sănătăţii tale care pot fi folosite ca probe de către justiţie. De exemplu, vor fi căutate echimozele formate între coapse, prezenţa sângelui în zona genitală, existenţa spermei în vagin sau anus, semnele de boală cu transmitere sexuală sau de sarcină, va fi evaluat necesarul de zile de îngrijire medicală etc. Trebuie ştiut că tot medicinei legale îi revine şi competenţa de a efectua testele de paternitate în cazul naşterii unui copil recunoscut numai de către mamă.

Contactul dintre lege şi HIV

Human Imunodeficiency Virus (HIV), virusul care produce SIDA (Sindromul imunodeficienţei umane dobândite), are o răspândire atât de largă şi devastatoare, încât a devenit o problemă de sănătate publică (v. *Rănile sexuale*). Ca şi în cazul homosexualităţii, testarea HIV obligatorie a devenit un subiect controversat; ea se

recomandă persoanelor care prezintă riscul de a transmite sau primi virusul: femei însărcinate, angajaţi în străinătate, prostituate, utilizatori de drog injectabil etc. Dar în momentul de faţă nicio lege nu poate obliga o persoană să facă testul HIV. în schimb, dacă cineva doreşte să se testeze, are dreptul la confidenţialitate în privinţa identităţii sale, chiar dacă legea obligă laboratorul respectiv să raporteze numărul de cazuri de infecţie cu HIV găsite la analiză. În legislaţia românească, aflată în continuă schimbare, infectarea intenţionată cu HTV a cuiva este un delict încadrabil în categoria „otrăvire”.

Cum te foloseşti de lege

Deşi reglementarea prin lege a sexualităţii îţi poate părea un sacrilegiu şi o încălcare a intimităţii, sarcina, boala şi violul sunt aspecte ale vieţii tale sexuale care ar putea fi subiecte ale unei măsuri legale aplicate în favoarea sau împotriva ta. Pentru a fi sigur că totul e O.K. din acest punct de vedere, îţi recomand să faci trei paşi esenţiali pentru informarea ta:

— Navighează pe Internet căutând cuvântul „sex” în legile ţării tale;

— Găseşte cel puţin o persoană care să nu reprezinte o autoritate (consilier juridic, lucrător social, medic de planificare familială etc), dar cu care să poţi discuta aspectele legale ale vieţii tale sexuale;

— Ia contact cu acei profesionişti investiţi cu autoritate, adică abilitaţi să aplice legea: poliţişti, procurori, judecători, experţi, sau chiar Avocatul Poporului, care poate apăra un cetăţean împotriva abuzului din partea unor instituţii.

***Ţine Codul Penal sub pernă*!**

Iată câteva sancţiuni legale legate de viaţa ta sexuală, aşa cum apar ele în Codul Penal acum, în momentul în care eu scriu această carte; trebuie să menţionez aici că sancţiunile de mai jos privesc o persoană

care a împlinit 18 ani, dar că şi minorii sunt răspunzători în faţa legii.

Art. 197. Raportul sexual cu o persoană de sex feminin, prin constrângerea acesteia, sau profitând de imposibilitatea ei de a se apăra ori de a-şi exprima voinţa, se pedepseşte cu închisoare de la 2 la 7 ani. Pedeapsa este închisoarea de la 3 la 10 ani, dacă: a) victima nu împlinise vârsta de 14 ani; b) fapta a fost săvârşită de două sau mai multe persoane împreună; c) victima se afla în îngrijirea, ocrotirea, educarea, paza sau în tratamentul făptuitorului; d) s-a cauzat victimei

O vătămare gravă a integrităţii corporale sau a sănătăţii. Pedeapsa este închisoarea de la 7 la 15 ani, dacă fapta a avut ca urmare moartea sau sinuciderea victimei.

Faptele prevăzute în alin. 1 şi 2 lit. a), c) şi d) nu se pedepsesc dacă înainte ca hotărârea să fi rămas definitivă a intervenit căsătoria dintre autor şi victimă.

Art. 198. Raportul sexual cu o persoană de sex feminin care nu a împlinit vârsta de 14 ani se pedepseşte cu închisoare de la unu la 5 ani. Cu aceeaşi pedeapsă se sancţionează raportul sexual cu o persoană de sex feminin între 14 şi 18 ani, dacă fapta este săvârşită de tutore sau curator, ori de către supraveghetor, îngrijitor, medic curant, profesor sau educator, folosind calitatea sa.

Art. 199. Fapta aceluia care, prin promisiuni de căsătorie, determină o persoană de sex feminin mai mică de 18 ani de a avea cu el raport sexual se pedepseşte cu închisoare de la unu la 5 ani. împăcarea părţilor înlătură răspunderea penală.

Art. 200. Relaţiile sexuale între persoane de acelaşi sex se pedepsesc cu închisoare de la unu la 5 ani. Fapta prevăzută în alin. 1, săvârşită asupra unui minor, asupra unei persoane în imposibilitate de a se apăra, ori de a-şi exprima voinţa, sau prin constrângere, se pedepseşte cu închisoare de la 2 la 7 ani. Dacă fapta prevăzută în alin. 2

are ca urmare vătămarea gravă a integrităţii corporale sau a sănătăţii, pedeapsa este închisoarea de la 3 la 10 ani, iar dacă are ca urmare moartea sau sinuciderea victimei, pedeapsa este închisoarea de la 7 la 15 ani. Îndemnarea sau ademenirea unei persoane în vederea practicării faptei prevăzute în alin. I se pedepseşte cu închisoare de la unu la 5 ani.

Art. 201. Săvârşirea actelor de perversiune sexuală care au produs scandal public se pedepseşte cu închisoare de la 1 la 5 ani.

Art. 202. Actele cu caracter obscen săvârşite asupra unui minor sau în prezenţa unui minor se pedepsesc cu închisoare de la 3 luni la 2 ani sau cu amendă.

Art. 203. Raportul sexual între rude în linie directă sau între fraţi şi surori se pedepseşte cu închisoare de la 2 la 7 ani.

Art. 309. Transmiterea unei boli venerice prin raport sexual, prin relaţii sexuale între persoane de acelaşi sex, sau prin acte de perversiune sexuală, de către o persoană care ştie că suferă de o astfel de boală, se pedepseşte cu închisoare de la 6 luni la 3 ani.

Dragi prieteni, chiar dacă unele dintre aceste prevederi legale vor suporta pe viitor modificări – în momentul de faţă se discută, de exemplu, posibilitatea abrogării articolului 200 –, trebuie să ştiţi că, pentru orice faptă calificabilă drept infracţiune, sunteţi pasibili de o pedeapsă prevăzută de Codul Penal al României.

Dimensiunea publică a sexului

Pe ceilalţi nu prea îi interesează ce simţi tu, dar îi interesează tot ceea ce poţi face. Cu cât este mai intim ceea ce faci, cu atât mai interesant este pentru ei. Nu te simţi doar victimă a celorlalţi, căci şi pe tine te interesează ce fac ei. Altfel, nu te-ai uita la televizor aşa de mult şi nu ai întreba de câte ori te întâlneşti cu cineva cunoscut: „Ce mai faci?”

Sexul ca scandal public

Ceva mai sus, în „lecţia" despre legi, era vorba şi despre sex ca scandal public. Termenul de „public" implică, în cele mai multe cazuri, o asistenţă pasivă. Dacă ai o oarecare experienţă de cuplu, ai observat, poate, că alte perechi nu sunt atât de impresionate de ceea ce faci tu cu partenerul tău. Asta pentru că atunci când ai parte de viaţă erotică proprie te afli într-o polarizare necesară oricărui cuplu şi devii mult mai tolerant faţă de ceea ce fac alţii. În schimb, cele mai „scandalizate" sunt persoanele pasive din punct de vedere sexual, cum ar fi bătrânii şi virginele, care alcătuiesc prin excelenţă „publicul scandalizat".

Spectacol sexual în trecut (pe vremea trubadurilor francezi, de exemplu), oamenii îşi cântau în public dragostea, invocau cu glas tare numele persoanei iubite şi îşi ridicau nou-născuţii deasupra capului pentru a-i arăta întregii lumi. Unde s-au dus aceste obiceiuri legate de bucuria vieţii? Doar femeile mai plâng, pe ici, pe colo, de bucurie că au născut. Una dintre problemele cuplurilor moderne este aceea că băieţii nu exprimă public ceea ce simt, considerând că, dacă ar face aşa, ar deveni vulnerabili. Scenele de gelozie par a avea un efect mai impresionant asupra celui căruia îi sunt adresate, dacă sunt desfăşurate în public. Dar tot aşa şi declaraţiile de dragoste: arată mult mai bine în public. Băieţii ar trebui să ştie că unei fete îi place foarte mult să fie aleasă dintre alte fete şi calificată drept „cea mai" atunci când sunt de faţă şi alte persoane (mai ales femei). Cu toate acestea, oamenii aflaţi în public fac mai frecvent scene de gelozie decât declaraţii de dragoste. Dacă te-ai gândit să faci publice unele dintre sentimentele tale, atunci trebuie să ştii puţină teorie…

Limita dintre intim şi public în sociologie există o întreagă teorie a distanţelor de la care interacţionează

oamenii. Aceste distanţe limită s-au definit de-a lungul timpului în funcţie de dimensiunile funcţionale ale corpului uman. Iată-le pe cele mai importante:

Distanţa publică este aceea de la care sunt ţinute discursuri. Pentru a putea fi văzut şi auzit, cel care vorbeşte trebuie să se urce pe o scenă, la o tribună, sau pur şi simplu pe nişte butoaie, aşa cum fac unii cetăţeni ai Londrei prin Hyde Park atunci când vor să fie băgaţi în seamă.

Distanţa socială este aceea de la care poţi vedea faţa celui ce-ţi vorbeşte şi poţi studia detaliile limbajului său non-ver

bal, astfel încât să-ţi poţi da seama dacă minte sau nu. De asemenea, de la această distanţă îl poţi recunoaşte, în caz că l-ai mai întâlnit, sau poţi trece pe lângă el pe stradă, ca orice trecător.

Distanţa personală este acea distanţă de la care poţi vorbi cu cineva, astfel încât ceilalţi să înţeleagă că discuţia respectivă nu-i priveşte. Ea este totuşi suficient de mare ca să nu poţi atinge acea persoană, nici chiar întinzând mâna.

Distanţa intimă este proprie celor care convieţuiesc atât de strâns, încât unul poate respira aerul celuilalt fără să se simtă jenat. De la această distanţă îl poţi atinge pe celălalt şi poţi face o serie de gesturi considerate intime (v*. Întâlnirea*, vol. I). Iar când această distanţă se micşorează până la anulare, se poate spune că faci dragoste...

Este evident că, pentru a face publică legătura cu persoana iubită, ar trebui să te plasezi la o distanţă mai mare decât cea intimă. Dar nu uita un lucru: dacă declaraţia de dragoste făcută în gura mare este un lucru pozitiv, în schimb povestirea în public a detaliilor isprăvilor tale erotice este o mare greşeală. Efectul acestei greşeli

este devastator, mai ales asupra băieţilor. Aflând că a existat un altul înaintea lui şi chiar întâlnindu-l pe fostul iubit, prietenul tău va simţi o crispare ori de câte ori va face dragoste cu tine; în sinea lui se va insinua îndoiala în privinţa propriilor performanţe (v. *Cuvintele în sex*).

Mass-media în cartea sa *The New Male Sexuality*, Bernie Silbergeld arată că omul modern este dominat de un model fantastic al sexualităţii, care este un produs al filmului de tip hollywoodi-an, al Internetului, pornografiei, publicităţii şi literaturii erotice. Astfel, au apărut p serie de prejudecăţi contemporane, ca următoarele:

— Personajul pozitiv nu are niciodată probleme sexuale; eroii din filme sunt cu toţii virili, iar eroinele au toate orgasm;

— Bărbatul adevărat nu se lasă pradă sentimentelor şi nu exprimă ceea ce simte;

— Sexul este produsul unui falus mare şi tare;

— Atingerea cuiva este o aluzie la sex.

În realitate, performanţele sexuale ale personajelor din filme sunt sugerate printr-o tehnică video bine pusă la punct. În filmele porno pe care le cauţi, poate, cu febrilitate, bărbaţii au un sex atât de impresionant datorită tehnicilor video de accentuare a dimensiunilor. Femeile sunt machiate, luminate şi aşezate în aşa fel, încât să pară mai atrăgătoare. De exemplu, pentru a face ca picioarele unei femei să pară mai lungi, ea este filmată de jos, ţinând camera video cât mai aproape de podea, sau cerându-i-se să ţină unul dintre picioare îndoit în faţa celuilalt. În ceea ce priveşte durata scenelor erotice, ea este atât de mare pentru simplul fapt că sunt alcătuite din colaje de cadre filmate la momente diferite. Imaginile porno au şi unele beneficii pentru cei tineri, arătându-le în ce măsură fanteziile lor pot fi aduse la realitate; ele pot fi afrodiziace pentru băieţi, dar chiar şi pentru fete, în funcţie de capacitatea celui ce le vizionează de a se transpune în

rolul vreunuia dintre personaje.

Sex fe Internet

Pe vremea părinţilor tăi, băieţii se masturbau uitându-se cu jind la fotografiile din reclamele pentru ciorapi de mătase sau pentru sutiene. Ar fi dat orice ca fata din fotografie să-i facă cu ochiul şi să se dezbrace doar pentru el. În ziua de azi, acest lucru este pe deplin posibil, căci pe Internet poţi alege şi interacţiona cu aceste fantezii. Deşi ţi-ar pica destul de greu să afli că în spatele acelei imagini se află un bărbat burtos care se pricepe la calculatoare, continui să consumi aceste imagini sexy (v. *Combinaţii şi lipeli*, vol. I). Pornografia prin intermediul Internetului îşi ia libertatea de a recurge la imagini din domeniul pedofiliei, zoofiliei, violenţei etc, astfel încât devine o formă de crimă asupra unor victime văzute, dar necunoscute. La rândul tău, poţi deveni uşor victimă a imaginii, mai ales atunci când eşti un consumator de publicitate...

Sexual şi subliminal în publicitate

Bazându-se pe un instinct accentuat în bună măsură la om, publicitatea construită în jurul unor sugestii sexuale are efecte garantate asupra consumatorilor. Partenerul sexual zărit în publicitate este perfect şi are o atitudine pozitivă faţă de tine. De fapt, personajul filmat nu se uită la tine, ci la un aparat de filmat negru şi lipsit de viaţă. Uneori, când sunt filmaţi copii sau animale, se vede cum „actorii” privesc către regizor sau către cei din jur şi nicidecum spre aparatul de filmat. Imaginea perfectă a celui filmat îţi este prezentată într-un timp suficient de scurt ca să nu ai când să parcurgi detaliile, astfel încât ceea ce vezi să evoce adevărata imagine perfectă formată de-a lungul timpului în creierul tău, şi pentru a fi îndeplinită condiţia de contiguitate între imaginea perfectă

şi produsul promovat. Contiguitatea este termenul folosit în teoria formării reflexelor condiţionate; când un stimul necondiţionat este transmis la mai puţin de O, 2-O, 5 sec. de un stimul condiţionat, se consideră că aceşti doi stimuli se află în contiguitate, apărând astfel posibilitatea de a se forma un reflex condiţionat. Printr-o tehnică simplă poţi diminua efectele publicităţii subliminale asupra ta, folosindu-ţi imaginaţia pentru a completa imaginea prezentată cu cea a echipei de filmare…

Publicitate printre colegi

În momentul în care ai format un cuplu cu cineva, e important să alegi între discreţia, intimitatea acelui cuplu şi nevoia de a „te da mare” în faţa celor de-o seamă cu tine. Din cauza acestei dileme, unii băieţi adoptă un comportament duplicitar: când sunt între patru ochi cu fata dorită, se poartă foarte frumos cu ea, în schimb când sunt de faţă şi alte persoane o ignoră şi chiar o umilesc. Multe dintre dezamăgirile persoanei iubite ar putea să apară atunci când îi dai de înţeles că-ţi pasă mai mult de imaginea ta în ochii colegilor decât de ceea ce îşi doreşte ea de la tine. Pentru o fată, a avea prestigiu erotic înseamnă a fi prietena celui mai drăguţ băiat.

Pentru un băiat, a avea un astfel de prestigiu înseamnă a „o pune” şi el cu fata pe care au avut-o alţi băieţi. Dar, din moment ce erotismul este o chestiune de intimitate, există oare prestigiu erotic? (v. *A fi bun la pat*).

Cu părinţii pe cap

Când ai părinţi e ca şi cum ai avea pământ sub picioare. Dar, atâta timp cât ţi-e bine, nu te gândeşti la pământul de sub picioare. E demn de dispreţ, căci nu ştie decât să existe, tot timpul la fel; el nu pricepe intenţia iraţională a omului tânăr de a zbura. Plecând de la această metaforă, trebuie spus că-i mult mai greu să discuţi despre viaţa ta sexuală cu părinţii decât cu un străin. De ce? Pur şi simplu pentru că un potenţial sex ar putea avea loc între

tine şi un străin, nu între tine şi părinţii tăi.

Cum e sexul pentru părinţii tăi?

Pe parcursul unei terapii, dacă văd clar că tânărul meu pacient are o problemă referitoare la confruntarea cu sexul, obişnuiesc să-l întreb: i-ai surprins vreodată pe părinţii tăi făcând dragoste (v. *În pat cu al treilea*, vol. I)? Unii spun că au văzut lucruri de nedescris, alţii afirmă că părinţii lor erau aceiaşi, alţii au tendinţa de a pune de la ei ceea ce cred că făceau părinţii acolo.

Pentru a avea o relaţie raţională cu părinţii tăi în privinţa sexualităţii tale, trebuie să afli câte ceva despre sexualitatea lor. Nu, nu ai nevoie de detalii prea multe, ci de un răspuns la întrebarea: cum e sexul pentru părinţii tăi? Pentru asta, trebuie să observi dacă se mai sărută, dacă dansează cu pasiune unul cu altul, dacă îşi trimit priviri de parcă ar avea un secret plăcut, dacă manifestă toleranţă sau chiar interes faţă de scenele sexy din filme etc. în cazul în care rezultă că părinţii tăi au o viziune pozitivă faţă de viaţa lor sexuală, merită să începi o campanie de susţinere a acestei atitudini, prin gesturi precum deconspirarea sertarului cu prezervative.



comentarea amintirilor erotice pe care le-au relatat etc. Apoi vei putea începe să-i obişnuieşti pe părinţi cu imaginea ta sexy, mai ales când stai pe-acasă sau ieşiţi

împreună la prieteni de-ai lor. Dacă, în schimb, pentru aceşti părinţi viaţa sexuală este o inutilitate sau un coşmar de care tinerii fac abuz, atunci este mai bine să găseşti o formă de delimitare lucidă faţă de ei, căci până la urmă acest lucru tot se va întâmpla, sub forma unui conflict.

Deschiderea discuţiei

Din moment ce te-au făcut pe tine, părinţii au ceva experienţă sexuală. Tatăl tău a văzut măcar pentru o vreme ceva frumos la mama ta, a reuşit să facă măcar o penetrare în viaţa lui şi s-a confruntat măcar odată cu spectrul orgasmului femeii. La rândul ei, mama îşi aminteşte cu siguranţă cum a fost prima noapte de dragoste şi a avut măcar o dată un moment de cumpănă care suna cam aşa: „Să păstrez acest copil sau mai bine să-mi văd de viaţa sexuală mai departe?”

Pentru a-i putea face o confidenţă cu privire la propria viaţă sexuală, tânărul are nevoie de un semnal clar de încredere din partea părintelui. Iar acest semnal este de obicei confesiunea pe care însuşi părintele o face cu privire la viaţa lui sexuală. Dacă vrei să discuţi despre sex cu părintele tău, poţi vorbi despre cum arăta el în perioada de glorie a vieţii lui sexuale, iar dacă nu se poate deschide o astfel de discuţie, îl poţi antrena în discuţie pe cel mai bun prieten de-al lui, ca să-ţi povestească despre toate aceste calităţi ale părintelui tău. Poţi începe această conversaţie chiar în prezenţa părintelui tău, dar atenţie: trebuie să vorbeşti doar despre cum era, nu despre ceea ce făcea. Dacă discuţia este incitantă pentru părinte, el va fi acela care va mărturisi ce făcea într-un moment sau altul de succes al propriei tinereţi.

Ce poţi învăţa din povestirile unui tată? Câte ceva privind concepţia despre femei, unele şiretlicuri cu privire la performanţe, confruntarea cu eşecurile (asta mai rar), comportamentul la prima întâlnire, cum e cu primul sărut, cu prostituatele, cu penetrarea, cu unele poziţii, cum se

simte un bărbat

când i se naşte un copil etc. în schimb, mai puţine vei putea afla despre cum arată sexul lui, cât îl ţine o erecţie, cum s-a simţit atunci când a fost părăsit de iubită.

Iată cam ce poţi afla de la mamă: cum l-a cunoscut pe El, cum afectează aparatul genital viaţa sexuală, cum se împacă ciclul menstrual cu viaţa cotidiană, cum e să ai o sarcină, cu ce boli ale aparatului genital se confruntă o femeie etc. în schimb, mai puţine vei afla despre primul contact sexual, căci în majoritatea cazurilor el nu e o experienţă pozitivă...

De aici rezultă că discuţia despre sex o porţi de regulă cu părintele de acelaşi sex. Dar nu este inutilă nici discuţia cu părintele de sex opus, care poate deveni uşor un „trădător” al propriului sex, vorbind despre ceea ce ar fi vrut să aibă de la celălalt părinte sau filosofând pe marginea concepţiei despre femei sau bărbaţi.

Managementul riscului sexual

Desigur, ca orice persoană tânără, şi tu te simţi stăpân pe tine. Eşti sigur că ceea ce ştii e corect, că alţii au făcut ceea ce poţi face şi tu (cu rare excepţii, care devin idoli pentru tine). Când e vorba de sex, te bazezi pe elementele pozitive care ar putea apărea în viaţa ta, iar părinţii se bazează pe elementele negative care au apărut în viaţa lor. De aceea, părinţii tăi se tem foarte mult ca nu cumva să ţi se întâmple ceva ce s-a întâmplat deja în viaţa lor. Când un părinte intră brusc în alertă cu privire la ceva ce ai făcut tu, trebuie să ştii că acel lucru seamănă cu ceva trăit de el. De asemenea, trebuie luat în calcul faptul că pe părinţii tăi îi interesează şi alte aspecte ale vieţii, care pe tine nu te interesează deloc: ce vor zice vecinii, cunoscuţii sau prietenii cu care se compară, cine-i va îngriji la bătrâneţe dacă tu te comporţi astfel încât să te renege, ce

se vor face ei dacă imaginea despre copilul lor nu va fi confirmată deloc de realitate ş.a.m.d.

Să luăm drept exemplu cazul tipic de confruntare între părinţi şi adolescent, care are la mijloc riscul sexual. Pentru o fată, riscul sexual enunţat de părinţi sună cam aşa: acolo unde vrei să mergi vor fi tot felul de băieţi necunoscuţi, care vor profita de tine pentru că tu nu ştii ce trebuie să faci într-o astfel de situaţie („... doar noi ştim”). Pentru un băiat, riscul este uimitor de asemănător, deşi băieţii sunt consideraţi de obicei agresori: o să întâlneşti cine ştie ce ţipă versată care o să-ţi sucească minţile şi o să ne trezim cu un copil la uşă, ca să nu mai vorbim despre bolile pe care le poţi lua. Cum se împacă toate acestea cu senzaţia ta clară că poţi orice? în toată această situaţie plină de necunoscut, pe părinţii tăi i-ar ajuta foarte mult să ştie că mergi – în tabără, de exemplu – cu cineva cunoscut. Aşa că nu ezita să le prezinţi din timp cei mai demni de încredere oameni cu care vei avea de-a face în tabără... La asta mai poţi adăuga două atitudini pe care trebuie să le adopţi pe termen lung, pentru a câştiga încrederea părinţilor în capacitatea ta de a te confrunta cu posibile evenimente sexuale: comentează cu maturitate incidentele sexuale petrecute în jurul familiei voastre şi menţionează spontan ce-ai face într-o situaţie considerată periculoasă, folosind valorile părinţilor tăi.

Partenerul tău în ochii lor

„Vrem să-l vedem şi noi”, vor spune părinţii tăi, aflând că ai un prieten. De obicei, această pretenţie nu îşi are originea în dorinţa părinţilor de a-ţi controla viaţa în cele mai mici detalii, ci în nevoia lor de a se linişti în privinţa unui lucru nou, cunoscându-l. Nu-i nimic rău în asta. Problema survine atunci când, cunoscându-l, părinţii încep să-ţi critice prietenul cu insistenţă, pentru că (n-o să-ţi vină să crezi) l-au aşteptat îndelung, dar şi l-au închipuit altfel. Iar tu pui gaz pe foc apărându-l cu exces de zel.

Mult mai bine ai face dacă ai critica şi tu defectele prietenului tău, lăsând totuşi să se înţeleagă că-l iubeşti cu toate acestea. Mai mult, ar fi foarte bine dacă ţi-ai încuraja prietenul să-şi autoironizeze defectele evidente, căci autoironia este una dintre rarele calităţi ale oamenilor inteligenţi şi echilibraţi. Şi, dacă vrei să-l pregăteşti pe deplin pentru confruntarea cu ai tăi, învaţă-l să menţioneze, ca şi cum ar fi ale lui, cele mai frecvente lozinci ale părinţilor tăi, precum: „Se vede că dumneavoastră îi vreţi binele” sau „Există o ordine în toate; mai întâi învăţătura” sau „în ziua de azi nu poţi avea încredere în nimeni”. Iar dacă părinţii lui îţi sunt favorabili, nu ezita să le facilitezi o întâlnire cu ai tăi.

Cum să le schimbi convingerile

Tatăl este convins că orice băiat care se apropie de fiica lui e un răufăcător, sau că fata cu care umblă fiul său ar putea fi bună şi pentru el, dar acest lucru nu e îngăduit de societatea în care trăim. Mama crede că băiatul cu care umblă fiica ar trebui să fie mai bun decât soţul de care a avut ea parte, sau că fata pe care o iubeşte fiul ei umblă cu dedesubturi. Aceste şabloane ale convingerilor personale sunt rezultatul unui mecanism al învăţării, numit generalizare. Pur şi simplu, s-a întâmplat ca, o dată în viaţa părinţilor tăi, un băiat să se comporte ca un răufăcător sau o fată să umble cu dedesubturi, şi gata: toţi tinerii sunt la fel!

Două feluri de discurs

Ca să influenţezi convingerile cuiva, poţi folosi cuvinte sau fapte. Dacă ţi-ai propus să-ţi schimbi părinţii folosind discursurile, află că acestea sunt de cel puţin două feluri: informative şi persuasive. Printr-un discurs informativ, poţi să aduci la cunoştinţa părinţilor tăi anumite date cu un caracter obiectiv, care să dea impresia că nu sunt convingeri personale, ci provin de la alţii, care ştiu bine ce fac.

Pentru a elabora un discurs informativ, trebuie să parcurgi mai multe laturi ale înţelegerii celuilalt, folosind următoarele tehnici:

— *Elaborarea definiţiilor* („Sexul este o cale de cunoaştere.”)

— *Descrierea* a ceea ce trebuie înţeles („Uite, în telenovela asta, cei care se iubesc comunică mai mult prin sărut.”)

— *Explicaţia*, fără a părea că eşti superior sau te justifici („Adolescenţii dansează aşa de mult fiindcă vor să-şi regăsească ritmul.”)

— *Legarea necunoscutului de cunoscut* („Mai ţii minte unde am fost noi astă iarnă? Acolo fac revelionul colegii mei.”)

— *Întărirea informaţiilor* importante, prin repetarea sau sublinierea lor afectivă („... şi tot acolo merge şi Raluca, veri-şoara mea care este premiantă!”)

— *Implicarea* auditoriului („Am citit cartea pe care mi-ai cumpărat-o; e foarte bună, vorbeşte şi despre sex.”)

În schimb, când e vorba de discursul persuasiv (adică influenţarea opiniei cuiva folosind puterea de convingere), altele sunt tehnicile:

— E necesară o anumită *credibilitate* a vorbitorului, acesta trebuind să fie de încredere, profesionist, convingător prin gesturi şi atitudini, curat din punct de vedere etic. Poate că această persoană nu eşti tu şi de aceea ai nevoie de un adult, un medic, un prieten mai vorbăreţ etc.

— Poţi face *apel la audienţă*, folosind fie mesaje logice („Şi tu ai dormit în cort vara trecută, ceea ce înseamnă că ştii despre ce e vorba”), fie mesaje afective („Sunt convins că în sinea ta eşti pe deplin de acord cu mine”)

— Poţi aduce *argumente unilaterale* sau *bilaterale*, cele unilaterale fiind emise doar de pe poziţia ta („E

important să-mi cunosc prietenul mai bine”), iar cele bilaterale fiind emise şi de pe poziţia celui care te-ar putea contrazice („E important să-mi cunosc prietenul, dar şi să învăţ”)

După cum menţionam mai sus, nu doar cuvintele pot schimba convingeri, ci şi faptele. Ce sunt faptele convingătoare? Ele nu sunt acte eroice şi nici travalii de ani de zile; acestea au nevoie de ode din partea altora sau de laudă de sine pentru a deveni câtuşi de puţin convingătoare. Faptele convingătoare sunt gesturi sau atitudini cu putere simbolică şi astfel vorbesc de la sine. Ele trebuie să fie sugestive, dar nu demonstrative, căci adesea cei mai în vârstă sunt foarte sus-picioşi faţă de „faptele făcute dinadins”. De exemplu, a face cadou o carte cu un anume conţinut este un gest sugestiv, dar a nu mânca trei zile la rând este un gest demonstrativ... Şi dacă tot vorbim de demonstraţii, îmi vine în minte o categorie de sex care mi-e tot mai frecvent relatată de adolescenţi sau părinţii lor:

Sexul demonstrativ

Aproape întotdeauna, această atitudine sexuală survine pe fondul unei îndelungate presiuni psihologice efectuate de părinţi asupra adolescentului din familie. Această presiune cuprinde două mesaje care par a se contrazice, având până la urmă un efect sinergie: „Tu nu trebuie să faci sex” şi „Tu nu eşti în stare să faci sex”. Aceste două mesaje din partea părinţilor declanşează motivaţia adolescentului de a face sex, motivaţie formulată fie: „O să-i pedepsesc pentru ce mi-au făcut”, fie: „O să le arăt că, dacă vreau, o fac”. Ceea ce se va întâmpla nu este o adevărată răzbunare – căci rareori părinţii află ce s-a întâmplat –, ci un şir de evenimente cu efect de bumerang. Iată un exemplu:

Letiţia era o fată ţinută din scurt de părinţi. Învăţa bine, cerea voie de fiecare dată când voia să se plimbe, nu

avea niciun prieten şi totuşi era pedepsită aspru pentru fiecare privire aruncată băieţilor. Ştia de la părinţii ei că nu este cea mai frumoasă din localitate, dar tare ar mai fi mers la discotecă, fiindcă repetase toate figurile de dans în oglindă. Într-o seară de vară, la îndemnurile unui băiat, a sărit pe fereastra casei şi, pentru că nu-şi permitea să fie văzută la discotecă, a stat vreo cinci ore cu el în spatele unor clădiri. Deşi îi era scârbă, frică şi ruşine, a făcut un sex oral stângaci cu acel băiat, pentru a răzbuna anii de teroare părintească, rămânând totuşi virgină (avea 23 de ani). Curând, un băiat deosebit s-a ivit în viaţa ei; l-a prezentat părinţilor şi, tocmai când aceştia păreau că-l acceptă, el a început să-i facă scene de gelozie extremă dintr-un motiv foarte dureros pentru amândoi: băiatul din noaptea cu pricina se lăudase tuturor prietenilor că Letiţia îi oferise sex oral…

Ai făcut sex. Cum le spui?

Desigur, să faci sex este o chestiune de intimitate şi, atâta timp cât eşti pregătit din toate punctele de vedere – biologic, psihologic şi social –, nimeni n-ar trebui să-ţi ceară socoteală. A fi pregătit din punct de vedere biologic înseamnă a avea un organism matur, apt de reproducere, pregătirea psihologică se referă la capacitatea de a te confrunta cu aspectele raţionale şi afective ale vieţii sexuale, iar pregătirea socială constă în capacitatea de a alcătui un cuplu durabil şi de a creşte un copil.

Nu-ţi mai bate capul; îţi spun eu cum stau lucrurile: biologic eşti pregătit cu siguranţă, psihologic crezi că eşti pregătit, dar social nu eşti pregătit, căci depinzi de părinţii tăi din punct de vedere material, iar despre căsătorie nici nu poate fi vorba. Iată de ce părinţii au convingerea că viaţa ta sexuală ar trebui controlată cel puţin parţial de către ei. Dar, după cum am afirmat de nenumărate ori, ca adolescent îţi începi viaţa sexuală pentru a cunoaşte şi nicidecum pentru a face copii. Părinţii n-au de ce să se

amestece în ceea ce faci pe parcursul vieţii sexuale şi de aceea nu trebuie să le dai detalii despre toate acestea. Rolul lor este să te ajute să te pregăteşti pentru viaţa sexuală şi să te sprijine în confruntarea cu urmările ei. Şi asta pentru că, după ce faci dragoste, se întâmplă adesea să se ivească unele consecinţe de natură biologică (de exemplu, boli cu transmitere sexuală), psihologică (cum ar fi situaţia de „sedusă şi abandonată”) sau chiar socială (părinţii fetei impun căsătoria sau despăgubiri materiale), care necesită sprijin din partea părinţilor.

Cele mai frecvente fraze care-ţi trec prin minte când trebuie să anunţi un astfel de eveniment sună cam aşa:

— „Tată, mamă, aşezaţi-vă pe scaune să vă spun ceva!”

— „Îi spun mamei, că tata mă omoară dacă află!”

— „Îi las să se prindă singuri”.

— „Nu e treaba lor”.

— „Chiar dacă mă-ntreabă, le spun că n-am făcut nimic”.

Nu-ţi pot recomanda vreuna dintre aceste variante, căci atitudinea ta trebuie să depindă de conjunctura din familie şi de concepţia părinţilor despre sex, pe care o poţi estima şi influenţa în modul arătat mai sus. Oricare atitudine vei aborda, e important să ştii un lucru: viaţa ta sexuală te priveşte personal şi poţi destăinui unele detalii despre ea doar persoanelor în care ai încredere.

Educaţia sexuală

Personalitatea unui om are două componente: temperamentul şi caracterul. Temperamentul este în bună parte format încă de la naştere, sub forma unor tendinţe comportamentale. Gândindu-mă la temperament, îmi vine în minte imaginea a doi nou-născuţi înfăşaţi, aşa cum era prezentată într-un tratat de psihologie: unul din tribul de indieni navajo, care stătea liniştit, părând că suportă orice; celălalt, din Caucaz, care ţipa de mama focului ca să scape

din strânsoarea scutecelor. La rândul lui, caracterul este acea parte a personalităţii care poate fi uşor influenţată de evenimentele din jur şi, ca atare, şi prin educaţie (v. *Motivul sexual*). Nu e de mirare că o bună parte din caracterul tău constă în atitudini faţă de sexualitate, dobândite prin experienţă sau educaţie sexuală.

Ce-ţi poate aduce educaţia sexuală?

Informaţie. Cei care sunt obligaţi să-ţi facă educaţie sexuală au, ca toţi oamenii, nevoi taxonomice, adică de a clasifica şi sistematiza ceea ce cunosc (v. *Actul de identitate*, vol. I). Aşa se explică de ce mai toţi vor începe cu anatomia aparatului de reproducere al omului. Mult mai bine ar face dacă ar oferi informaţia instructivă într-un mod interactiv, pornind de la situaţii reale trăite de elevi. De exemplu, atunci când un băiat se plânge că are sexul strâmb şi deviat într-o parte e momentul să afle care sunt părţile componente ale penisului şi care e poziţia lui în lenjerie, când nu se află în erecţie. Informaţia nu trebuie oferită în scopul de a limita opţiunile, ci pentru a oferi suficiente alternative, astfel încât cel tânăr să aibă libertatea de a lua o decizie informată.

Motivaţie. Procesul psihologic prin care o persoană îşi susţine acţiunile se numeşte voinţă. Resursa voinţei este motivaţia, adică ansamblul de argumente interne sau externe în favoarea sau defavoarea împlinirii unui anume lucru. Sexualităţii îi este specific faptul că cea mai mare parte a motivaţiei este internă, având la bază instinctul sexual. La adolescent însă, instinctul sexual este încă dominat de cel al asimilării prin cunoaştere. Aşa se explică de ce informaţia privitoare la sex este şi un îndemn la experimentare, iar preocupările privitoare la sex pot deveni o bună motivaţie pentru a acumula cunoaştere.

Teamă. Mulţi sunt convinşi că a face educaţie sexuală înseamnă a-l învăţa pe cel tânăr *să nu facă* anumite lucruri. Pentru a atinge astfel de deziderate, „educatorii”

prezintă consecinţele înfricoşătoare ale sexului, astfel încât să provoace apariţia celui mai de temut duşman al dezvoltării: inhibiţia (v. *Aş face-o, dar mi-e frică*, vol. I). De fapt, cea mai naturală formă de a sugera posibilitatea apariţiei unor situaţii riscante este umorul. Simulând cele mai vulnerabilizante aspecte ale realităţii, umorul are multiple avantaje: face ca situaţiile să fie reversibile, te transpune în rolul cuiva fără să te afecteze, îţi demonstrează superioritatea faţă de persoana ridiculizată etc.

Confuzie. Se întâmplă adesea ca mesajele transmise prin procesul educativ să aducă tot mai multe nelămuriri, aşa cum o cunoaştere mai mare presupune mai multe întrebări. Confuzia se iveşte atunci când există prea multe alternative, iar discernământul persoanei care le ia în consideraţie este insuficient dezvoltat. Tot confuzia se instalează şi atunci când argumentele de natură raţională le contrazic pe cele de natură afectivă, situaţie care se numeşte *disonanţă cognitivă*. Specialiştii în psihologie socială ştiu că această dificultate este des întâlnită în procesul de formare a atitudinii la adolescenţi.

Formarea atitudinii

Atitudinea este o predispoziţie învăţată de a răspunde într-un anume fel unei situaţii sau unei persoane. Astfel, o persoană are anumite atitudini faţă de avort, sex premari-tal (sex înaintea căsătoriei), minciună, homosexuali etc. în formarea unei atitudini (de exemplu, faţă de folosirea prezervativului) intră trei componente:

Componenta afectivă-se bazează pe ceea ce simţi faţă de subiectul atitudinii („îmi place să mă simt în siguranţă când fac sex”);

— Componenta cognitivă – arată ce ştii despre subiectul atitudinii („Ştiu că fără prezervativ pot lua boli şi căpăta o sarcină”);

— Componenta comportamentală – se referă la gestul

practic pe care îl adopţi în situaţia respectivă („Am să-i spun partenerului că vreau s-o facem cu prezervativ").

În cazul nostru, disonanţa cognitivă se instalează între două dintre componentele enumerate mai sus. Pentru a le împăca, adolescentul va apela la unele compromisuri, cum ar fi:

— Negarea uneia dintre componente: „De fapt, nu se poate lua nicio boală prin sex fără prezervativ".

— Găsirea unor noi argumente: „Te apără de boală, dar poţi să rămâi frigidă cu prezervativele astea".

— Modificarea argumentelor: „Se poate lua o boală, dacă ai ghinion".

Pentru a rezolva astfel de dileme, ai nevoie de persoane care, la rândul lor, să aibă atitudini limpezi cu privire la sex…

Autodidact în sex

Imaginează-ţi scena în care o profesoară cu figură tipică de fată bătrână se străduieşte să facă educaţie sexuală unei clase de adolescenţi trecuţi prin ciur şi prin dârmon. Pentru ca ea să aibă şanse de a fi ascultată şi utilă elevilor n-ar trebui să se poarte ca o fată, ci ca o adevărată femeie. Dar cum arată o femeie care vorbeşte despre sex?

Este misterioasă, nu se ştiu prea multe despre viaţa ei intimă. Cu toate acestea, în felul ei de-a fi se ghiceşte un element care-ţi spune că a fost măcar cândva o persoană sexy. În plus, nu se miră de nimic; în viaţa ei a văzut destule, aşa că nu se scandalizează când un interlocutor îi povesteşte o scenă ruşinoasă. Ea delimitează instinctul sexual de cel matern, îşi cunoaşte propria plăcere şi recunoaşte plăcerea altuia, dar când este cazul, ştie să poarte de grijă cuiva. Când se confruntă cu un grup de băieţi, femeia îl alege pe acela care este leader natural şi îl determină să o respecte (v. filmul *Minţi periculoase* cu Michelle Pfeiffer).

Cum se traduce peer education?

Gaşca, anturajul, grupul – cum vrei să-i spui – este mica societate în care te afirmi. În engleză, cei de aceeaşi vârstă sunt denumiţi printr-un termen specific: *peers*, iar *peer education* este o metodă de educaţie foarte modernă, referitoare la educaţia pe care ţi-o fac cei de-o seamă cu tine. În terapia fricii la copii, una dintre cele mai eficiente metode este cea care implică alţi copii. De exemplu, dacă unui copil îi este frică de câini, el poate asista la o scenă în care un copil de aceeaşi vârstă mângâie cu satisfacţie un căţel. Ba mai mult, într-o societate bine structurată, persoanele vulnerabile pot beneficia mult de întâlnirile cu alte persoane care au aceeaşi problemă (de exemplu, grupurile de suport de tipul „Alcoolicii anonimi”, asociaţiile celor care suferă de diabet etc). În cazul vieţii sexuale, educaţia făcută cu ajutorul celor de-o seamă trebuie să implice tineri bine informaţi, având la activ experienţe care să-i îndreptăţească să ţină un discurs persuasiv (v. *Cu părinţii pe cap*).

4 Uneltele dragostei

I I

Unii nu ştiu prea multe, alţii – plictisiţi de ceea ce au reuşit în sex – caută noi tehnici de procurare a plăcerii (de exemplu, simulează... spânzurătoarea). Puţini sunt însă aceia care pot menţine un echilibru între tehnică şi sentiment. Îţi vine să crezi că şi în sex există măsură? Numai că măsura se dezvoltă odată cu tine...

La liceul Iulia Haşdeu din Bucureşti sunt mai multe fete decât băieţi. Cei zece băieţi care s-au adunat în amfiteatru la una dintre întâlnirile mele cu ei stăteau strâns uniţi într-un colţ al încăperii, dominaţi de cele peste 150 de colege. Aşa cum se întâmplă invariabil la aceste întâlniri, unul dintre băieţi avea o şapcă. Biletele care s-au strâns în ea atingeau subiecte precum abuzul sexual, infecţia cu HIV, tehnicile sexuale, consumul de droguri. Aveam la mine o sacoşă cu prezervative şi, la sfârşitul

orelor de discuţii, mă tot gândeam cum să le dau. Uşurarea a venit când una dintre fete m-a întrebat:

— Da’ ce aveţi acolo, dom’ doctor?

— Prezervative de pomană, am răspuns.

S-au înfipt toţi la ele imediat. Tocmai atunci, o fată mai slăbuţă, cu un nas ascuţit şi pistrui mă cheamă deoparte şi mă întreabă:

— Domnule doctor, e adevărat că prezervativele scârţâie când le foloseşti?

— Cine ţi-a spus asta?

— Prietenul meu. A zis că nu putem să folosim aşa ceva, că e din cauciuc şi scârţâie.

— Nu e deloc adevărat…

M-am îndreptat spre sacoşa cu prezervative, să desfac unul şi să-i arăt că e bine uns cu lubrifianţi şi substanţe sper-micide. Dar fata a dispărut repede, îngrozită de apropierea acelui obiect.

Pe unde se face sex

Pentru un băiat, abordarea unei fete are anumite „hopuri” pe care el simte că trebuie să le treacă neapărat: să-i spună că o place, s-o convingă să iasă cu el, s-o atingă… Dar atingerea nestingherită este pragul cel mai fierbinte, iar pentru a-l trece, băiatul crede că e necesar s-o păcălească pe noua lui prietenă, în aşa fel încât să rămână singuri undeva. Unde?

„*Te invit la o cafea*!”

La mai toate întâlnirile importante (politice, de afaceri, ba chiar şi ştiinţifice), puţină mâncare şi băutură nu strică. Acest obicei are ca substrat psihologic asocierea dintre ceea ce este plăcut şi ceea ce e obligatoriu. Pe acelaşi substrat se bizuie şi băiatul care, pentru a o seduce, îi oferă fetei alte plăceri decât cele erotice (v. *Întâlnirea*, voi I). De ce nu spune băiatul: „Te invit să facem sex?” în primul rând pentru că se teme că va fi refuzat. La rândul ei, fata ştie că, dacă ar accepta o astfel

de solicitare directă, ar lăsa o proastă impresie. Ar vrea să meargă la cafeaua aceea, dar în acelaşi timp vrea să fie sigură că nu se vor petrece lucruri necontrolabile. De aceea, i-ar prinde bine dacă el ar adăuga ceva de genul: „Stai cât vrei tu”. Singura întrebare care mai rămâne este: va respecta el această condiţie?

Ca la mama acasă…

„Un adevărat bărbat respectă promisiunile făcute”. Aceasta e o frază care trebuie rostită cât mai des de fete. Dacă eşti fată şi te afli cu un băiat la el acasă, trebuie să ştii că acolo îi vine cel mai greu să se ţină de promisiuni. În schimb, dacă sunteţi la tine acasă, e bine să-i dai impresia că doar tu ştii ce se poate întâmpla acolo, astfel încât incertitudinea să-l facă mai precaut şi mai înţelept. Pentru el, obiectele cele mai excitante sunt cele care-ţi aparţin ţie, iar cele mai inhibante sunt cele ale părinţilor tăi.

Acasă la un prieten

Dacă eşti băiat, orice loc izolat ţi se pare a fi bun pentru a face dragoste. Şi cum prietenul la nevoie se cunoaşte, nu vei ezita să-i ceri cheia garsonierei amicului tău pentru a merge acolo cu o fată. Bineînţeles că, odată cu înapoierea cheii, va trebui să-i răspunzi şi la întrebarea: „Ei, cum a mers?” Păi, cum să meargă? Destul de presant, din moment ce timpul era limitat, iar acel teritoriu nu era al tău. Poate nici nu bănuieşti, dar o fată se ataşează mult de locul în care face dragoste. Nu degeaba, după ce o săruţi sub un copac, ea îţi trimite un bilet pe care scrie: „Îţi mai aminteşti de copacul acela? Simt că este copacul meu, numai al meu…” Şi mai îngrijorător e faptul că fetele au un simţ care le permite ca, pornind de la ambient, să-şi imagineze prezenţa celui care l-a creat.

Locul ideal

Pentru a-şi menţine cuplul un timp cât mai îndelungat, partenerilor adulţi li se recomandă să dea dovadă de creativitate. Şi atunci, primul lucru pe care

înţeleg ei să-l facă e dragostea în bucătărie sau în poziţii cât mai contorsionate. În cazul celor tineri, lucrurile stau cu totul altfel: creativitatea cade pe locul doi, iar pe primul loc se află nevoia urgentă de a avea un răspuns la întrebarea: „Oare se găseşte undeva un loc şi pentru noi?” Pentru un lucru atât de delicat ca erotismul, locul de desfăşurare trebuie să fie cât mai aproape de ideal, îndeplinind următoarele condiţii:

1. Să fie curat şi să aibă măcar o baie. Acest lucru e important nu doar pentru că prin spălare pot fi prevenite o serie de boli, ci şi pentru că foarte adesea o fată simte repulsie faţă de propriul corp, impurificat de transpiraţie, secreţii genitale şi de actul sexual în sine.

2. Să ofere intimitate. Fetele ar trebui să ştie că, încuind uşa, un băiat nu urmăreşte neapărat s-o violeze, ci poate doar să ferească acel spaţiu de incidente care l-ar inhiba şi pe el. Dar intimitatea nu se rezumă doar la un spaţiu închis, ci la unul suficient de delimitat de al altora. Cum arătam mai sus, fata ar trebui să aibă senzaţia că acel loc îi este dăruit, iar băiatul ar trebui să simtă că poate controla totul. Pe lângă intimitatea celor doi, ar trebui să existe şi un loc separat, dedicat intimităţii fiecăruia.

3. Ambientul trebuie să fie adaptabil. Maşina ideală pentru un băiat este aceea care are scaune atât de reglabile, încât se poate face lejer dragoste în ea. Fiind un „instrument” stăpânit de băiat, nu e de mirare că maşina găzduieşte atâtea episoade erotice. Grija de a pune la loc obiectele după ce ai făcut dragoste este frustrantă. Cearşaful pătat este un coşmar al multor fete, iar vaza spartă îi stresează pe mulţi băieţi bine crescuţi.

Lumina trebuie subordonată intimităţii. Întunericul total este o sperietoare pentru mulţi, iar lumina puternică este inhibantă. Cea mai potrivită este lumina discretă, situată cât mai jos, care instituie o atmosferă crepusculară.

Unde nu te aştepţi

Multor adolescenţi li se pare că cel mai bun loc de a face dragoste este „acolo unde-ţi vine”. După cum vei vedea mai jos, nu numai băieţilor „le vine”, ci şi fetelor. Lor le place să fie surprinse de locul şi momentul propunerii erotice, dar nu uitaţi că o fată ţine minte ani de zile unde şi când a făcut dragoste. Iată câteva informaţii despre locurile „trăsnite” în care se poate face dragoste:

— În apă. Cei doi se simt învăluiţi de mare (de exemplu!), dar secreţiile genitale atât de utile alunecării înăuntru sunt spălate şi de aceea penetrarea poate fi dureroasă.

— În maşină. Maşina este teritoriul băiatului, dar fata nu se poate desfăşura pentru că nu se simte în siguranţă şi nu are baie.

— Sub cerul liber. Este o situaţie foarte romantică, dar atenţie la timpul petrecut în frig, căci o fată face uşor anexită dacă stă cu bazinul pe ceva rece!

— În fân. Este de-a dreptul afrodiziac, dar atenţie la contactul direct cu praful şi polenul, care pot da reacţii usturătoare mucoaselor genitale şi pielii transpirate.

— La toaletă. Este vulgar, dar şi insalubru; acolo trăiesc toţi germenii care pot afecta zona genito-urinară…

Pentru că tot am vorbit despre toaletă, mai avem de lămurit câteva lucruri. Dacă s-ar pune camere de luat vederi prin toaletele liceelor, imaginile ar depăşi imaginaţia oricărui iubitor de filme erotice. Pentru un băiat, toaleta este teritoriul exprimării genitalităţii (v. *Genitalizarea*, voi I), e locul în care el îşi evaluează de fiecare dată „dotarea”. Pentru o fată, toaleta este un loc al curăţeniei, al ajustării aspectului exterior. Cum ar putea aceste două toalete, atât de diferite, să găzduiască acelaşi moment de tandreţe? Dacă ar dori într-adevăr să corecteze această aberaţie, directorii liceelor ar trebui să le ofere elevilor un loc de întâlnire cât mai compartimentat (de genul vestiarelor), care să găzduiască o intimitate mai

puţin legată de zona genitală.

E timpul să...

Pe la ora 11 a.m., tânăra soţie a lui Răzvan obişnuia să-i dea acestuia un telefon la serviciu. „De ce m-ai sunat?” întreba el, pe un ton de om deranjat din treburi. „Aşa, mi-era dor de tine...” răspundea ea, întinzându-se.

Într-o zi, Răzvan s-a supărat rău, gândindu-se că soţia lui a început să-l controleze prin telefon. Şi, pentru că era un băiat deştept, s-a gândit să-i facă o surpriză şi a dat o fugă până acasă, exact la ora 11. Când s-a deschis uşa, a apărut în prag soţia lui, foarte răvăşită, cam ca în ziua în care au făcut dragoste pentru prima dată. Au făcut dragoste şi de data asta, el cu gândul la faptul că făcea sex în timpul programului, ea bucurându-se că face dragoste exact atunci când îi vine, şi a fost minunat.

Pentru unii, cea mai „cu chef” oră este una din cursul dimineţii, după un vis erotic sau o erecţie matinală; dezavantajul este că cei doi nu se simt prea curaţi. Altora le vine „cheful” mai mult seara, după o cină romantică, pentru că pot dormi liniştiţi după aceea; dezavantajul îl poate resimţi el ca oboseală. Alţii fac dragoste atunci când se bucură de ceva (o tânără pereche îmi povestea cum „o făcuseră” pe mai toate obiectele noi pe care le cumpăraseră în casă). Pentru unii, cel mai plăcut sex are loc atunci când se împacă, după o ceartă puternică. Nimeni nu îţi poate impune ora de dragoste, iar pentru cuplul vostru cel mai bine ar fi să deţii tehnica prin care să-l determini pe celălalt să vrea şi el atunci când vrei tu, sau măcar să fii lângă el atunci când îi vine...

Sexul legat de pat

Unul dintre pacienţii mei, om cu o educaţie aleasă şi cu o părere bună de sine însuşi, era îngrozit de ideea că prietena lui ar putea să-i ceară să facă dragoste altundeva decât în pat. I se părea că, dacă ar face dragoste în picioare, ar face două lucruri deodată. Că erecţia lui nu

poate supravieţui decât în perimetrul securizant al patului, iar despre rostogolit nici nu putea fi vorba… Dac-ar fi ştiut el că în urmă cu vreo 5 – 6 mii de ani oamenii făceau dragoste numai în picioare, ar fi părăsit specia noastră! De fapt, patul este un loc important mai ales pentru erotismul fetelor (v. *Pregătiri pentru sex*, voi I). Ca un adevărat simbol al cuibului, el este pregătit îndelung şi apărat de intervenţia altor persoane de acelaşi sex. Dacă până acum te gândeai să faci dragoste numai în pat, schimbă-ţi mentalitatea! Patul simbolizează şi o serie de alte aspecte nepotrivite cu sexul, cum ar fi rolul de bolnav, atitudinea pasivă şi rutina cotidiană.

Despre poziţii

Omul manifestă tot felul de ciudăţenii fiziologice. Merge în două picioare, deşi nu a fost proiectat să meargă aşa. Unghiile şi părul îi cresc nelimitat (v. *Părul ca un steag*, voi I).

Instinctul sexual este permanent activ, iar femeile au himen şi ciclu lunar. Oamenii nu se mulţumesc să se împerecheze într-o singură poziţie, doar cu scopul de a procrea. Ei caută plăcerea cu orice chip, iar pentru asta sunt dispuşi să se aşeze în toate felurile.

Intervenţia simţurilor

Când fac dragoste, pe lângă ceea ce simt în sfera genitală, cei doi vor să vadă, să audă, să guste, să pipăie, chiar să perceapă poziţia diverselor părţi ale corpului. Acesta este principalul motiv pentru care partenerii simt nevoia să se aşeze într-un anume fel. De altfel, diversele poziţii pot fi preferate în funcţie de motivele cuplului de a face sex: dacă cei doi vor un copil, le sunt recomandate poziţiile care favorizează fertilizarea; dacă urmăresc împlinirea iubirii lor, vor accepta poziţiile mai romantice; dacă vor doar să simtă plăcere, vor căuta o diversitate de poziţii. Mass-media are o singură atitudine faţă de sexualitate: oferă din abundenţă imagini şi descrieri ale

diverselor poziţii sexuale, în scopul de a exploata dorinţa de plăcere a publicului. Aşa se face că oamenii ajung de multe ori să facă sex doar pentru a reproduce o imagine văzută la televizor… De ce oare nu sunt făcute cunoscute la scară largă acele atitudini care exprimă împlinirea iubirii prin sex?

Când partenera e virgină

Trebuie să lămurim de la început un lucru: în cazul primului contact sexual, nu poziţia este cea mai importantă, ci dorinţa fetei de a face dragoste cu acel băiat. Degeaba este poziţia cum scrie la carte, dacă acea fată nu simte nici cea mai mică dorinţă de a trăi acele momente. Cea mai favorabilă poziţie în acest caz este cea care expune cel mai bine organele genitale externe ale fetei. Ea va sta pe spate, cu picioarele atârnând şi cu bazinul cât mai aproape de marginea patului, astfel încât muntele lui Venus să fie cel mai înalt loc de pe corpul ei. (v. *Intromisiunea*, voi I). Este important ca băiatul să nu se aşeze cu toată greutatea peste parteneră, astfel încât ea să-şi poată modifica poziţia corpului după cum simte că e mai bine, iar el să poată simţi momentul în care ea ridică coapsele spre abdomen pentru că o doare prea tare.

Când partenerul e virgin

Cea mai frecventă dificultate a unui băiat virgin este faptul că nu ştie exact care este locul intromisiunii şi ce se întâmplă cu sexul lui pe parcursul acelui eveniment. De aceea, poziţiile cele mai potrivite sunt acelea în care partenera poate atinge zona lui genitală pentru a „ghida” intromisiunea, procedeu prin care penetrarea devine mai accesibilă (de exemplu, ambii parteneri stau culcaţi pe o parte). Dacă ambii parteneri sunt virgini, atunci primează „interesele” partenerei; în ceea ce priveşte „interesele” lui, acestea pot fi satisfăcute printr-o mai îndelungată perioadă prealabilă de *petting*, incluzând contacte genitale fără penetrare (v. *Repetiţie generală cu Mr. Petting*, vol. I).

Scurtă listă a poziţiilor

1. Poziţia clasică, „a misionarului” este preferată de multe femei pentru că le oferă un sentiment de dominaţie din partea partenerului, aceasta fiind considerată şi poziţia „normală”. Dezavantajul ei este că partenera nu se poate mişca liber, exprimându-se arunci când simte nevoia să o facă.

2. Poziţia „pe la spate”, cu ambii parteneri în genunchi, dă mai multă libertate mişcărilor, dar depinde de lungimea coapselor celor doi, care ar trebui să se potrivească astfel încât penetrarea să fie suficient de profundă.

3. Variantele poziţiei de mai sus în care ambii parteneri se lasă spre spate, sau se apleacă în faţă astfel încât femeia îşi lasă toracele mai jos, ajungând să fie aproape culcată pe burtă. În acest caz, ea ar trebui să aibă o pernă sub abdomen, penetrarea fiind altfel prea superficială şi chiar dureroasă.

4. Poziţia „pe la spate”, cu ambii parteneri în picioare este preferată de băieţi, pentru că unora le place să vadă fundul unei femei aşa cum este prezentat de mass-media, altora le place să-şi umilească partenera reducând-o la statutul unei femei oarecare, iar alţii nu vor să fie priviţi de ea. La rândul ei, fata se simte sclava egoismului partenerului, alteori îi place pentru că vrea să încerce ceva vulgar sau rezervat celor „avansaţi”. Senzaţiile ei sunt mărginite la stimularea profundă, căci în această poziţie clitorisul nu este stimulat în niciun fel. Pentru o bună penetrare, e necesar ca partenera să stea uşor îndoită, astfel încât bazinul să fie dus mai în spate; de aceea, ea trebuie să se sprijine de ceva aflat în faţa ei, fiind susţinută măcar cu o mână de partener.

5. Când femeia se află deasupra, ea are posibilitatea de a se mişca liber; numai că o femeie care nu ştie prea bine ce-i place, nu se poate mişca liber şi nu doreşte să fie

văzută în această postură. Această poziţie e bună pentru trecerea dinspre orgasmul superficial oferit de masturbare spre orgasmul intravaginal controlat de ea. Adesea, mai ales când partenerul are o erecţie ceva mai slabă, în această poziţie poate fi stimulat cu succes şi punctul G.

6. Poziţiile în care picioarele partenerei sunt ridicate permit un acces lejer la zona ei genitală; nu e de mirare că aceasta este poziţia necesară unui consult ginecologic. Unii bărbaţi se dau în vânt după poziţia în care picioarele femeii stau pe umerii lor, dar ar trebui să ştie că ea obligă partenerul să fie deosebit de „gentil”, căci o penetrare bruscă şi prea profundă poate da dureri foarte mari. O variantă a acestei poziţii aşază femeia pe spate pe o masă; de multe ori e vorba de fapt despre un birou, caz în care bărbatul ar trebui să ştie că plăcerile ei nu i se datorează lui, ci mai degrabă ambientului...

7. Celebra poziţie „69” este cea în care fiecare dintre parteneri stă cu capul către zona genitală a celuilalt, oferindu-şi sex oral reciproc. Ea se poate desfăşura cu partenerii culcaţi pe o parte, sau cu unul dintre ei stând deasupra. Aceasta din urmă este cea mai incomodă poziţie, atât pentru bărbat, care nu are un bun acces la clitoris, cât şi pentru femeie, care nu poate acţiona liber. Nu este recomandabil să se parcurgă un întreg act sexual în această poziţie, căci niciunul dintre parteneri nu poate savura pe deplin ceea ce face sau ce simte celălalt.

După cum se vede din lista de mai sus, diversele poziţii sexuale vizează în primul rând aşezarea femeii pentru penetrare, transformând-o într-un obiect sexual, şi lăsându-i lui rolul de consumator de sex egoist. De fapt, din moment ce bărbatul caută mai degrabă imaginea erotică, femeia este aceea care simte o diversitate mai mare de senzaţii atunci când face dragoste şi acesta trebuie să fie motivul de a aborda o poziţie sau alta. De asemenea, un factor care ar trebui să determine alegerea

unei poziţii anume este locul în care se desfăşoară actul sexual, precum şi stadiul în care se află cuplul respectiv.

Sexul „sportiv”.

Pe lângă poziţiile enumerate mai sus ca fiind cele mai răspândite, cei doi parteneri mai pot încerca o infinitate de atitudini corporale pe parcursul contactului sexual. Uneori, ei doresc să facă ceea ce n-a mai făcut nimeni sau ceea ce ei înşişi n-au mai făcut până atunci. Rezultă adesea un efort postural intens, bizar şi inutil, dar care are rolul de a exprima virilitatea lui şi capacitatea ei de a tolera situaţiile extreme. Un exemplu potrivit de poziţie „sportivă” este cea în care bărbatul stă în picioare, femeia fiind încolăcită în jurul lui. Deşi în zona genitală nu se petrece mare lucru, senzaţiile sunt puternice, pentru că sunt însoţite de efort şi de inedit.

Nlişcări erotice

Omul nu-şi poate percepe cu exactitate propriile mişcări, deşi are la dispoziţie o schemă corporală – un fel de hartă a părţilor trupului – şi un simţ proprioceptiv, care îl informează în ce poziţie se află diversele sale segmente corporale. Rămâne ca ceilalţi să aprecieze dacă mişcările tale sunt armonioase, senzuale sau dacă degajă forţă. În erotism, mişcarea este aceea care armonizează trupurile prin ritm, intensitate, alternanţă…

Mişcările ei

Din păcate, concepţia contemporană cu privire la sexualitate aşază femeia într-o poziţie plăcută bărbatului, permiţându-i acesteia să se mişte prea puţin. Pe parcursul preludiului, femeia este cea mai receptivă şi poate de aceea mişcările ei sunt în cea mai mare măsură declanşate de mişcările lui. Pe măsură ce situaţia erotică evoluează, ea caută acele poziţii şi mişcări care să amplifice sau măcar să continue plăcerea simţită. La rândul lui, bărbatul trebuie să ţină cont de acele momente şi să-şi adapteze mişcările la ceea ce trupul femeii cere. O dată ce a prins

curaj şi încredere în sine, orice fată începe să facă mişcări din bazin, fie în lateral, fie de rotaţie, astfel încât să obţină stimularea unei suprafeţe genitale cât mai mari. Dar poate că cea mai senzuală mişcare pe care o poate face o femeie pe parcursul unei partide de sex este aceea de retragere după o penetrare profundă, când ea îşi poate contracta musculatura intrării în vagin, oferind astfel o senzaţie tonică partenerului.

Mişcările lui

Trebuie spus de la început că mişcările sexuale ale majorităţii băieţilor au două „defecte": grabă şi lipsă de sincronizare cu partenera. În ceea ce priveşte graba, ea este una dintre cauzele ejaculării precoce şi ale insatisfacţiei partenerei. Ceea ce nu ştiu băieţii este că partenera nu doreşte neapărat o mişcare alertă, cât mai degrabă prezenţa partenerului în intimitatea ei; de aceea, după penetrare, unele fete spun: „Opreşte-te şi hai să dormim aşa!" Contrar convingerii generale, bărbatul nu trebuie să facă doar viguroase mişcări înainte şi înapoi; mult mai apreciate sunt cele laterale pe fondul unei lente penetrări profunde. Cea mai „eficientă" mişcare este aceea care aplică mai multă presiune pe peretele de sus al vaginului, acolo unde se află de altfel şi clitorisul.

Concertul celor doi

Pe parcursul preludiului este importantă alternanţa iniţiativei în mişcări: întâi unul dintre parteneri acţionează, iar celălalt gustă ceea ce primeşte. Când adună atâta plăcere încât simte nevoia să facă ceva, cel receptiv îşi schimbă rolul, devenind parte activă. Pe măsură ce erotismul celor doi devine tot mai intens, această alternanţă devine tot mai strânsă, până când se transformă într-o sincronizare perfectă. Cel care trebuie să se adapteze ritmului partenerei este bărbatul, căci el are atât iniţiativa, cât şi un orgasm „garantat".

Cum te poate răni mişcarea

Mişcările bruşte nu trebuie făcute decât în condiţiile unei foarte bune lubrifieri a zonei genitale; altfel, antrenând după el ţesuturile moi superficiale ale femeii, sexul bărbatului poate deveni o adevărată „armă albă”. La rândul ei, femeia trebuie să evite o îndoire bruscă şi accentuată a penisului aflat în erecţie puternică. Un alt detaliu demn de luat în seamă este că mişcările copulatorii nu trebuie efectuate cu orice preţ vreme de minute în şir; adesea, ele pot duce la iritaţii grave ale mucoasei genitale din cauza frecării de părul pubian şi a distensiei părţilor moi. În timpul actului sexual, partenerii nu-şi dau seama de acest lucru, dar la câteva minute după el, începe să le pară rău că nu s-au oprit la momentul potrivit.

Erecţia ca unealtă

Erecţia este una dintre dovezile unui bun echilibru funcţional al bărbatului. Ca orice echilibru, şi acesta este dependent de foarte mulţi factori: o bună imagine de sine, sănătate fizică, suficientă energie, bună dispoziţie, motivaţie, excitaţie locală etc. Procesul intrării în erecţie se bazează pe umplerea cu sânge a unor spaţii rigide şi fără ieşire. Contrar prejudecăţilor, acesta este mai mult un proces de relaxare, decât unul de încordare; tot contrar unor zvonuri, omul nu are niciun os în interiorul sexului (cum au, de exemplu, câinii) şi nici nu-şi poate creşte erecţia scremându-se.

Priapismul

Se spune că regele antic Priap obişnuia să se plimbe prin palat fără să se jeneze de erecţia lui evidentă. De aici îşi trage numele una dintre cele mai penibile tulburări genitale masculine: priapismul. El constă în instalarea unei erecţii durabile, de o tensiune maximă, pe perioada mai multor ore sau zile. Această erecţie este dureroasă, iar un eventual act sexual nu face decât s-o facă şi mai dureroasă. Cauzele priapismului sunt diverse: boli ale măduvei spinării, boli vasculare ale zonei genitale, boli

infecţioase – precum sifilisul –, dar şi o masturbare intensivă, de mai multe ori pe zi, poate duce la un priapism tranzitoriu prin suprastimulare locală.

Erecţia reflexă

Cea mai „nevinovată” erecţie este cea pe care un băiat o constată în majoritatea dimineţilor, la trezire. Ea este semnul că acel băiat are un bun tonus genital, chiar dacă, întâlnind o fată dispusă să facă sex cu el, acest „semn” dispare ca prin minune. Erecţia reflexă este provocată de un „joc” al dominanţei dintre cele două componente ale sistemului nervos vegetativ: componenta simpatică şi cea parasimpatică. În timpul trezirii matinale, centrul reflex al erecţiei, situat în măduva spinării din zona sacrală, este activat de sistemul nervos parasimpatic fără să mai fie nevoie de stimuli de la nivelul creierului şi nici măcar de stimuli locali.

Din intimitatea erecţiei

După cum ai văzut mai sus, componenta cea mai simplă a erecţiei tale este arcul reflex dintre penis şi măduva spinării. Acest arc reflex conţine: stimulul de la periferie, calea de transmitere către măduvă (un nerv), centrul sacral al măduvei, calea de transmitere către periferie şi organele efectoare (vasele de sânge). Astfel, în plăcutele momente ale masturbării, stimulii produşi prin frecare ajung la centrul sacral din măduva spinării, iar de acolo se trimit impulsuri nervoase către reţeaua de artere din corpii cavernoşi ai penisului; acestea se relaxează şi aduc tot mai mult sânge care va umple corpii cavernoşi. Din cauza presiunii sângelui, venele locale sunt pur şi simplu gâtuite şi nu mai permit plecarea sângelui, care astfel se acumulează la presiuni tot mai mari. Pe măsură ce stimularea locală continuă, în centrii din zona lombară a măduvei spinării sunt acumulate impulsuri ce vor depăşi pragul de excitaţie al neuronilor care se ocupă de ejaculare. Ei vor descărca nişte comenzi, ducând la

contractarea ritmică a căilor de evacuare a spermei – canale deferente şi prostată – expulzând astfel o parte a spermei acumulate în testicule. Aceasta este baza reflexă a erecţiei şi ejaculării.

În acest mecanism poate interveni cu succes şi creierul. El poate controla funcţia măduvei spinării în aşa fel încât pentru declanşarea erecţiei să nu mai fie necesari stimuli locali, ci impulsuri cerebrale, cauzate bunăoară de percepţia vizuală sau de închipuirea unei femei dezbrăcate. În mod normal, intervenţia creierului poate produce singură o erecţie, dar nu poate produce o ejaculare fără să existe stimuli locali, precum senzaţiile tactile din timpul actului sexual. Sunt însă unii băieţi care resimt atâta tensiune nervoasă, încât pragul de excitaţie al centrului sacral coboară foarte mult, declanşând o ejaculare la simpla apropiere de parteneră.

Erecţiile femeii

Femeia şi bărbatul sunt făcuţi din acelaşi aluat; doar un simplu detaliu genetic decide dacă vei arăta ca o femeie sau ca un bărbat. În rest, în corpul femeii se găsesc organe echivalente cu cele considerate în genere exclusiv masculine şi viceversa. Acesta e şi cazul clitorisului, un penis în miniatură, care poate îndeplini aceeaşi funcţie erectilă, având la rândul lui corpi cavernoşi şi fiind inclus într-un arc reflex.

Un alt fel de erecţie, manifestată ceva mai timid la bărbaţi şi mult mai pregnant la femeile aflate în faza de excitaţie sexuală, este erecţia sfârcurilor sânilor. Ea este una dintre manifestările reflexe care semnalează apropierea orgasmului, dar care este adesea ignorată de partener.

Ejacularea la sexul frumos

Poate că nimic nu este mai intrigant pentru băieţi decât să afle din acest capitol că şi femeile pot avea un fel de… ejaculare. Aceasta constă în expulzarea unei cantităţi

mici de lichid pe uretra femeii aflate în plin orgasm. După unii cercetători, acest lichid seamănă cu lichidul seminal lipsit de spermatozoizi al bărbaţilor care au suferit o operaţie de vasectomie (v. *Când primeşti o sarcină...*). După alţii, el nu e altceva decât o scăpare de urină datorată contracţiilor locale. În cercetarea acestui fenomen, lucrurile au mers şi mai departe: locul de origine a ejaculării femeii este considerat a fi renumitul punct G (al lui Grafenberg). Prezent la majoritatea femeilor pe peretele anterior al jumătăţii vaginului, punctul G are o funcţie echivalentă cu cea a prostatei bărbatului. O dată stimulat, el declanşează o senzaţie de urinare, iar dacă stimularea continuă apare o plăcere intensă, care poate duce la un orgasm profund.

Tacâmul sexual în viaţa celor tineri s-a dezvoltat în ultima vreme o întreagă subcultură, marcată mai ales de un limbaj adecvat diverselor situaţii care presupun o delimitare faţă de restul societăţii. Astfel, a apărut un limbaj folosit la şcoală, un altul utilizat în discuţia dintre homosexuali, un altul specific consumatorului de droguri şi un altul tipic pentru relaţiile sexuale, mai ales cu o prostituată. Dacă discuţi cu o persoană care practică sexul comercial, vei vedea că cel mai ridicat tarif este de obicei cerut pentru ceea ce se numeşte „tot tacâmul”.

Sexul oral

Nu întâmplător încep această descriere a „tacâmului” cu sexul oral; el este acela care s-a afirmat în ultima decadă în rândul tinerilor din ţara noastră ca fiind cea mai accesibilă formă de sex. Tot mai multe fete, chiar şi virgine, îl acceptă înaintea sexului vaginal, din motivele următoare:

— Nu lasă urme care pot fi constatate de ginecolog – parţial fals, căci după un sex oral poate rămâne pe durata mai multor ore un miros specific de transpiraţie genitală şi eventual de spermă;

— Nu necesită o ambianţă specială – adevărat, cu precizarea că tocmai această ambianţă are un rol esenţial în instalarea plăcerii sexuale a femeii;

— Nu prezintă riscul unei sarcini nedorite – adevărat;

— Nu prezintă riscul transmiterii unor boli – fals, din moment ce sexul partenerului poate transmite candidoză, her-pes şi chiar HIV, dacă există leziuni sângerânde în gura ta. La rândul ei, gura găzduieşte mai multe bacterii decât organele genitale şi le poate transmite cu uşurinţă prin sex oral;

— Oferă partenerului o dovadă de iubire – fals, căci sexul oral este un sacrificiu unilateral, care plasează femeia în poziţia unui furnizor de plăcere. Curând, partenerul poate prefera sexul oral şi, chiar dacă el nu va recunoaşte, sexul vaginal va fi tot mai palid, ca şi restul relaţiei.

Locul sexului oral

Stimularea cu gura a zonei genitale masculine se numeşte felaţie. Atunci când felaţia duce la orgasmul bărbatului respectiv, cu ejaculare în afara sau în interiorul gurii, avem de-a face cu un adevărat sex oral. Dacă felaţia se petrece tranzitoriu, în cadrul preludiului, urmând ca orgasmul să se producă în alte împrejurări, avem de-a face cu o stimulare oro-genitală şi nu cu sex oral. Pentru a preveni transformarea cuplului într-o relaţie de tip furnizor-beneficiar, partenerii trebuie să prefere stimularea oro-genitală şi să lase sexul oral propriu-zis pentru situaţii speciale.

Tehnica felaţiei

Aruncând o privire prin câteva filme pornografice, o fată poate înţelege o parte din subtilităţile acestei tehnici. Ceea nu vede ea sunt tocmai detaliile cu o oarecare conotaţie negativă, pe care producătorii filmului nu pot sau nu sunt interesaţi să le prezinte. Iată câteva lucruri pe care o fată trebuie să le facă atunci când experimentează o

astfel de tehnică:

În primul rând, trecând peste impulsul de a închide ochii, ea trebuie să privească sexul partenerului, pentru a se asigura că nu are leziuni care ar indica prezenţa unei boli transmisibile. În al doilea rând, mirosul de secreţie veche ar trebui să dea de bănuit în privinţa respectului pe care îl are partenerul faţă de ea. Dacă a reuşit să treacă peste aceste momente, ea va stimula sexul partenerului după cum o ajută imaginaţia, folosindu-şi buzele şi limba, iar dacă vrea ca stimularea să ducă şi mai repede la orgasm, va folosi concomitent şi mâna. Pe de altă parte, ceea ce nu vrea partenerul să simtă în acele momente este ascuţimea dinţilor ei. Femeia trebuie să refuze situaţia în care mişcările sunt făcute predominant de către bărbat, căci astfel creşte gradul de umilinţă resimţit de ea, apărând riscul de a se declanşa reflexul de vomă, prin pătrunderea sexului în faringe. Reflexul de vomă apare şi în situaţia în care, în lipsa unei convenţii prealabile asupra ejaculării, jetul de spermă surprinde faringele neobturat de rădăcina limbii. În ceea ce priveşte folosirea prezervativelor în sexul oral, ea este contraindicată mai ales de către producătorii acestora, care ştiu că produsul lor poate fi lezat cu dinţii şi apoi introdus în vagin fără a mai avea o funcţie protectoare.

Cunilingus-ul

Toţi bărbaţii care solicită sex oral din partea unei femei ştiu că şi ei ar putea să ofere acelaşi lucru, dar puţini o fac. Şi mai puţini sunt aceia care simt o plăcere pe parcursul desfăşurării acestei tehnici. Plăcerea pe care ar putea-o simţi bărbatul este de fapt satisfacţia de a vedea cum partenera este adusă într-un timp scurt dintr-o stare de indiferenţă într-una de excitaţie fierbinte. Obstacolele pe care le resimt bărbaţii în faţa acestei tehnici sunt:

— Periclitarea statutului lor de beneficiari ai sexului;

— Prezenţa secreţiilor genitale cu miros şi gust

specific;

— Necunoaşterea zonei şi a efectelor pe care le produce stimularea orală.

În privinţa tehnicii *cunilingus-ului*, ea constă în folosirea limbii şi a buzelor partenerului pentru stimularea organelor genitale ale femeii. Accentul se pune pe abordarea clitorisului, care prin natura lui are nevoie de atingeri fine, umezeală şi căldură. Pentru a evita oboseala prin folosirea exclusivă a limbii bărbatul trebuie să folosească mai degrabă mişcările capului, ţinând limba într-o poziţie favorabilă. Aici trebuie amintit că nu toate femeile se dau în vânt după *cu-nilingus*, majoritatea preferând tandreţea extinsă asupra întregului corp, inclusiv pe faţa internă a coapselor.

O ultimă precizare: dacă pe parcursul unei partide de *cu-nilingus* îţi dă prin cap să sufli în vaginul partenerei, considerând că-i vei oferi senzaţii deosebite, mai bine renunţă, căci această manevră poate duce la moartea subită a femeii prin transportarea de către vene a unei anumite cantităţi de gaz până la nivelul inimii.

Sexul vaginul

Motivul pentru care sexul vaginal este considerat „sex normal" este foarte simplu: în vagin trebuie să ajungă sperma necesară procreării. Din această cauză, vaginul femeii este special construit pentru a-i oferi maximum de plăcere partenerului: este catifelat, are un tonus potrivit, capabil să se adapteze stării în care se află partenerii. Cu vaginul ei, o femeie poate face multe, mai ales dacă şi-l cunoaşte. Una dintre pacientele mele îmi spunea că, la sfârşitul actului sexual, obişnuieşte să-şi „mănânce" partenerul. „Cum aşa?", am întrebat-o. „Păi, fac nişte contracturi cu vaginul ca şi cum l-aş muşca de penis..." Deşi este netedă, conformaţia sexului bărbatului este asimetrică, cu glandul mai extins pe partea dinspre abdomen şi mai redus pe partea dinspre picioare. La

rândul lui, vaginul are o intrare mai strâmtă, este uşor curbat – în funcţie de poziţia uterului –, având nişte falduri în interior. Din aceste considerente, există numeroase poziţii ale penisului în vagin, care pot da diverse senzaţii, mult mai nuanţate decât cele ale altor părţi ale corpului. Vaginul unei femei sănătoase este mai curat decât gura ei şi mult mai curat decât anusul ei. De aceea, a introduce în vagin un penis care a fost în gură sau, mai rău, în rect, prezintă un risc de infecţie care este moderat în cazul sexului oral şi foarte mare în cazul sexului anal.

Sexul anal

Poate nicio abordare sexuală nu ilustrează mai bine conceptul de perversiune de tehnică decât sexul anal cu o femeie. Deşi se află în imediata apropiere, vaginul este neglijat în favoarea anusului pentru că:

— Anusul oferă o mai puternică senzaţie de penetrare datorită orificiului său strâmt;

— Partenerul suferă o umilinţă mai pronunţată;

cei doi parteneri au convingerea că fac ceva deosebit.

Poate pentru unii este de prisos să menţionez faptul că rectul este una dintre cele mai insalubre, dar şi mai sensibile locuri ale organismului uman. Mai precis, în rect se află cele mai multe microorganisme care, ajunse într-un loc strâmt cum este uretra partenerului, pot da infecţii severe. La rândul ei, mucoasa rectului este friabilă şi neregulată, astfel încât se poate rupe cu uşurinţă. Aceste două amănunte recomandă cu putere folosirea prezervativului şi a unui unguent pe bază de apă în penetrarea anală.

Sexul cu bile

Cele mai instruite dintre gheişele prezente la palatul imperial japonez în urmă cu trei-patru secole obişnuiau să facă exerciţii temeinice pentru dezvoltarea musculaturii peri-neale şi vaginale, astfel încât să devină amante perfecte din punct de vedere tehnic. Pe parcursul acestor

exerciţii, unele foloseau o pereche de bile de piatră sau metal bine lustruite, pe care le introduceau în vagin, mişcându-le în sus şi-n jos, ca într-o adevărată jonglerie. Deşi astăzi dispunem de bile mult mai bine făcute, altele sunt metodele „educării” vaginului...

Manevra Kegel

În viaţa tinerelor de azi nu mai este importantă exersarea de dragul slujirii sexuale a bărbatului, ci mai degrabă cu scopul de a menţine starea de sănătate a zonei genitale. După cum aţi văzut în volumul întâi, la „lecţia” *Despre fund,* manevra Kegel la femei constă în identificarea muşchiului pubo-coccigian prin întreruperea jetului urinei, urmată de exerciţii zilnice de contractare a acestui muşchi în vederea întăririi planşeului perineal. O astfel de manevră exercitată zilnic îi va permite femeii respective să-şi cunoască, menţină şi controleze în bună stare musculatura din zona genitală externă, lucru important atât pentru dinamica sexuală, cât şi pentru perioada din preajma naşterii unui copil. Din punctul de vedere al dinamicii sexuale, exersarea musculaturii perineale şi vaginale îi permite partenerei să facă anumite contracţii care îi vor da ei şi partenerului senzaţii deosebit de plăcute.

Obiectele intravaginale

Presupun că, din pudoare sau datorită unui exagerat simţ al ridicolului, unele fete nici nu se gândesc să aplice manevrele de tip Kegel vreodată. Altele se află însă la polul opus: după o oarecare perioadă de masturbare cu mâna, ajung să introducă în vagin diverse obiecte pentru a-şi produce „senzaţii tari”. Diverse legume, tuburi de spray şi alte obiecte de uz casnic sunt folosite pentru a reproduce senzaţia produsă de penetrare. Ceea ce trebuie să ştie aceste fete este că pe suprafaţa acestor obiecte se află de cele mai multe ori proeminenţe care nu se văd cu ochiul liber, dar care pot produce leziuni serioase mucoasei

vaginului.

Vibratoarele sunt considerate obiecte aflate în uzul acelor femei care au cunoscut deja plăcerea contactului sexual cu un bărbat şi vor s-o reproducă în absenţa lui. Precursorul vibratorului este denumit în cultura europeană „dildo” şi are o vechime considerabilă; dacă în trecut el era confecţionat din porţelan, astăzi are componente de cauciuc şi silicon, menite să imite cât mai fidel textura sexului bărbatului absent.

Dar, când e vorba de îmbunătăţirile aduse aparatului genital, nici bărbaţii nu se lasă mai prejos. Unii îşi introduc pe uretră bile de rulmenţi şi alte obiecte pentru a-i produce partenerei senzaţii mai puternice în timpul actului sexual, iar acest lucru este bine cunoscut de către medicii urologi, care sunt nevoiţi să-i opereze în regim de urgenţă.

Unde este uretra?

Dacă tot vorbim de chinurile suportate de uretrele unora dintre bărbaţi, să continuăm această discuţie, pentru că ea va aduce probabil elemente noi pentru mulţi cititori. Uretra bărbatului, sau calea pe care urina este eliminată din vezica urinară, este totodată şi calea pe care este eliminată sperma cu ocazia ejaculării. Din această cauză, pentru a evita suprapunerea reflexului ejaculării cu cel al urinării, este nevoie de o „intersecţie dirijată”: aceasta este situată în prostată, un organ musculos de forma şi mărimea unei smochine, situat imediat sub vezica urinară. Prin contracţia sa, prostata asigură în timpul actului sexual eliminarea spermei şi totodată închiderea căii urinare. Multe fete sunt uimite să afle că, atunci când are o erecţie sănătoasă, un băiat nu poate urina, pentru că prostata ţine uretra închisă… La rândul lor, băieţii ar putea fi şocaţi să afle că, în afară de metoda „clasică”, sperma lor poate fi recoltată de către un medic prin introducerea unui deget în rect şi masarea prostatei.

Sub influenţa hormonilor masculini, prostata se poate

mări odată cu înaintarea în vârstă; această afecţiune se numeşte *adenom de prostată* şi produce dificultăţi de urinare la bătrâni, iar uneori poate degenera în cancer. Pentru a preveni aceste complicaţii, terapia include... hormoni feminini sau, după caz, operaţii chirurgicale. Dar să revenim la uretra băiatului.

Din cauza lungimii, a calibrului ei mic şi a reliefului pe care îl are la capătul exterior, uretra se infectează destul de uşor cu germeni preluaţi din vaginul partenerei sau din alte locuri. Este suficientă o infecţie mai serioasă pentru ca uretra să capete cicatrice care o vor strâmta mai mult, făcând urinatul foarte dificil pentru tot restul vieţii.

La femeie, uretra este mai scurtă şi mai largă, deschizându-se între clitoris şi intrarea în vagin. Puţini băieţi cunosc această localizare a ei şi de aceea unii se străduiesc să-şi penetreze partenera pe această cale, producând leziuni serioase. De altfel, situaţia ingrată în care se află uretra femeii o face pe aceasta vulnerabilă la o serie de afecţiuni precum infecţiile urinare ascendente sau alterarea micţiunii (funcţia de a urina) prin slăbirea inelului muscular ce o înconjoară. O bună parte dintre femeile care nu şi-au cultivat în tinereţe perineul prin exerciţii precum manevra Kegel ajung la o vârstă mai înaintată să aibă pierderi de urină cu ocazia actului sexual sau pur şi simplu cu ocazia statului în picioare...

Afrodiziacele

Visul oricărui băiat este de a aduce o fată în situaţia de a veni la el, dezbrăcându-se şi propunându-i fără niciun ocoliş să facă sex cu ea. Dacă acest lucru s-ar întâmpla în realitate, mai toţi băieţii ar lua-o la fugă, ar începe să se bâlbâie sau şi-ar pierde orice urmă de erecţie. Dar băieţii continuă să viseze, ba chiar se întreabă unii pe alţii de unde să facă rost de nişte cantaridă, pentru a-şi pune visul

în aplicare. Liniştiţi-vă, băieţi! Există afrodiziace mult mai eficiente decât cantaridă, care au o acţiune naturală, specifică omului. Şi încă un lucru: nu există afrodiziac adevărat; majoritatea preparatelor administrate cu scopul de a excita au mai degrabă un efect placebo, bazat pe autosugestie.

Feromonii noştri

Feromonii sunt substanţe secretate şi eliminate în afara corpului pentru a facilita comunicarea între două animale care s-ar putea împerechea. La animale precum câinii, bovinele, caii sau ovinele, feromonii sunt masiv eliminaţi prin urină şi, o dată percepuţi prin simţul mirosului, ei modifică în bună măsură comportamentul animalului receptor. Cum omul este unul dintre cele mai slab dotate animale în materie de miros, am putea specula că ceea ce îi atrage pe ei către potenţialul partener sunt „feromonii” percepuţi pe calea văzului sau auzului.

De exemplu, aspectul părului, caracteristicile sfârcurilor, descoperirea anumitor părţi ale corpului sau ascultarea anumitor sunete cu conotaţie sexuală acţionează ca adevăraţi feromoni pentru majoritatea celor ajunşi la o vârstă propice vieţii sexuale. Pe de altă parte, mirosul transpiraţiei proaspete, inclusiv cel al transpiraţiei genitale, pare a avea un efect afrodiziac pentru partenerii receptivi din specia noastră. Şi, ca să fie şi mai intrigant, cercetări recente au arătat că transpiraţia genitală a femeii aflate la ovulaţie (când este fertilă) are un miros mult mai excitant pentru bărbaţi decât cea obişnuită. E adevărat, excitabilitatea bărbatului expus la aceste mirosuri poate să nu fie conştientă. Conştientă este însă preferinţa femeilor pentru mirosul de mosc şi preferinţa bărbaţilor pentru mirosul de vanilie, esenţe considerate afrodiziace pentru cele două sexe, fiind exploatate din plin de industria parfumurilor. De altfel, se pare că utilizarea în exces a diverselor deodorante nu face altceva decât să

elimine efectul feromonilor naturali care i-ar putea face pe parteneri să se simtă instinctiv atraşi unul de altul.

Alimente afrodiziace

Prin ţările cu largă ieşire la mare, stridiile sunt considerate alimente afrodiziace de primă mână; adevărul e că mai degrabă asemănarea cu nişte testicule şi consumarea lor în ambianţe romantice ar putea avea efect excitant mai ales asupra femeilor. De altfel, banana şi cornul rinocerului sunt considerate afrodiziace mai mult din cauza unei asemănări cu falusul şi mai puţin din cauza vreunui conţinut misterios… Pe aceeaşi linie se plasează şi alunele prăjite, ţelina.

vinul roşu sau şampania. Dacă am trecut la băuturi, trebuie menţionat că alcoolul în sine are un fals efect afrodiziac, producând o dezinhibiţie care va favoriza actele mai puţin cugetate. Consumat în cantitate mai mare, el va reduce mult calitatea actului sexual, provocând diminuarea senzaţiilor şi slaba coordonare a mişcărilor.

Afrodiziace „speciale”.

Dintre droguri, utilizatorii laudă *marijuana* pentru efectul ei afrodiziac, probabil din cauza senzaţiei de dilatare a timpului pe care o dă şi care permite o mai detaliată trăire a plăcerilor sexuale. În ceea ce priveşte *heroina*, ea diminuează serios apetitul sexual, precum şi performanţele sexuale ale majorităţii consumatorilor. *Nitritul de amil* este o substanţă folosită pentru sexul anal mai ales în rândul homosexualilor. El dilată şi relaxează sfincterul anal, producând totodată o dilatare a vaselor de sânge, care permite amplificarea plăcerilor locale. Acelaşi efect îl are şi *nitritul de butii*, inhalat de obicei de cei care vor să resimtă plăceri sexuale mai intense. În ceea ce priveşte *cantarida*, ea este un praf obţinut din „musca spaniolă”, are efecte afrodiziace prin reacţii întative la nivel genital şi, o dată ingerată, poate fi deosebit de toxică

pentru organism.

Medicamente

Solicitaţi pentru îmbunătăţirea performanţele sexuale ale pacienţilor lor, medicii n-au întârziat să studieze şi să exploateze (mai mult în interes personal) o serie de medicamente cu aparent efect afrodiziac. Pentru că tot am menţionat mai sus nitriţii de amil şi de butii, o grupă de substanţe asemănătoare este cea care stă la baza *viagrei*, celebrul remediu contra erecţiei insuficiente. Trebuie ştiut că efectele de dilatare a vaselor sanguine produse de acest medicament nu se mărginesc doar la zona genitală, ci se pot extinde şi la vasele creierului sau ale altor sisteme din organism, producând dureri de cap, variaţii de tensiune arterială etc.

Un alt medicament folosit ani de-a rândul de către medici pentru a îmbunătăţi dinamica sexuală a pacienţilor este *thioridazina*, destinată ameliorării simptomelor de precipitare a ejaculării şi chiar unora dintre tulburările de erecţie. Un medicament care ameliorează ejacularea tardivă şi lipsa orgasmului la bărbat este *efedrina*. Trebuie menţionat aici un lucru foarte important: administrat fără recomandarea medicului, thioridazina are efecte serioase asupra sistemului nervos, iar efedrina poate afecta grav activitatea cardiovasculară.

Ai nevoie de aşa ceva?

Dacă luăm în considerare raţiunile biologice, afrodiziacele îşi pot găsi locul în viaţa noastră sexuală doar dacă au funcţie de feromon specific omului. Dar, ca să fim sinceri, nevoia de afrodiziace vine de obicei din teama de contra-performanţă a bărbatului. Înainte de a folosi sistematic un afrodiziac sau altul, gândeşte-te la următoarele neajunsuri:

— Rezolvând o problemă în locul tău, afrodiziacul îţi

poate produce o dependenţă psihică; rişti să nu mai poţi atinge performanţe decât în prezenţa lui;

— Cea mai mare parte a efectelor acestor substanţe nu sunt afrodiziace, ci de tip iritativ, dăunător pentru organismul tău sau al partenerului;

— Afrodiziacul trebuie folosit de comun acord cu partenerul, altfel se transformă într-o înşelăciune care, o dată descoperită, vă poate despărţi; imaginea bărbatului are mult de suferit când femeia simte că el are nevoie de „stimulenţi” pentru a face dragoste cu ea.

Anafrodisiacele

Dacă afrodiziacele sunt căutate de cei care vor să facă sex mai mult (nu mai bine), în schimb alte persoane ar putea să caute substanţe care să le inhibe sexualitatea. Adevărul e că, pentru a putea face dragoste, organismul omului are nevoie de un echilibru perfect; de aceea, orice intervenţie asupra lui poate face dificilă „partida” de sex. Aşa se explică de ce substanţele inhibitoare (anafrodisiace) sunt mai numeroase decât cele stimulatoare (afrodiziace).

Bromura cea rău famată Ajuns în organismul uman, bromul are un efect sedativ, inhibitor asupra diferitelor forme de excitaţie. Un astfel de efect nu putea fi ignorat de către administratorii instituţiilor „totale”: închisori, cazărmi, spitale de boli cronice etc. Ei au observat că apetitul sexual alterează comportamentul celor internaţi în aceste instituţii. Astfel, în loc să respecte regulile şi programul instituţiei, un tânăr preocupat de propria sexualitate va căuta un partener, îi va dărui acestuia timpul şi energia lui, se va strădui să obţină intimitate, bun gust, atractivitate, detalii care nu sunt pe placul administratorilor. Aşa au apărut diversele bromuri în ceaiurile soldaţilor, deţinuţilor şi ale celorlalţi tineri care au un program obligatoriu. Trebuie să menţionez aici că bromurile au acelaşi efect sedativ şi asupra femeilor…

Mai tare ca bromura Nitratul de potasiu (*salpetrul*) a

fost una dintre primele substanţe folosite pentru fabricarea… prafului de puşcă. După ce a fost folosit intensiv în această direcţie, s-a observat că el mai are două efecte importante asupra omului: este diuretic (măreşte excreţia de urină) şi inhibitor al performanţei sexuale. Un alt „duşman” al sexualităţii masculine este *cipro-teronul acetat*, care este capabil să scadă nivelul testosteronului la 30% din cel normal, reducând şi producţia de spermă la jumătate. El este atât de incisiv, încât a fost propus pentru „terapia” obligatorie a agresorilor sexuali.

Efecte secundare anafrodisiace Pe lângă brom, mai există şi alte substanţe cu efect sedativ, majoritatea diminuând predispoziţia către sexualitate

prin ridicarea pragului de excitaţie a neuronilor şi prin scăderea tonusului general al organismului. Medicamentele neuroleptice folosite în tratamentul unor boli psihice sărăcesc activitatea sexuală prin scăderea iniţiativei. La rândul lor, unele medicamente folosite pentru tratamentul ulcerului, tensiunii arteriale sau alergiei pot avea acelaşi efect sedativ ca şi bromurile.

Anafrodisiace fizice

După cum ştiţi deja, pentru a se produce excitaţia locală a zonelor genitale, este nevoie de o dilatare masivă a vaselor de sânge, ceea ce se numeşte congestie. Un duş rece este capabil să reducă drastic congestia, micşorând astfel excitaţia sexuală locală. La scară generală, senzaţia de răcoare pe o suprafaţă întinsă intră în competiţie cu stimulii sexuali locali, anulându-le efectul.

Un alt inhibitor al funcţiei sexuale este durerea produsă de orice factor fizic ce acţionează în exces asupra organismului, dereglând astfel acel echilibru fiziologic menţionat mai sus. Mai sensibile la aceste acţiuni inhibitoare sunt femeile, care au nevoie de stimularea unei

suprafeţe mai întinse pentru a se excita, spre deosebire de bărbaţi, cărora le este suficientă şi o stimulare locală în zona genitală.

Anafrodisiace psihice

Unul dintre cei mai tineri pacienţi ai mei îmi spunea: „Atunci când voiam să nu mai am niciun chef de sex, mă gândeam la mama”. El avea foarte multă dreptate, căci figura mamei este una dintre cele mai „asexuale” prezenţe în viaţa unui om ajuns la vârsta sexualităţii. Aşa se explică de ce faţa partenerei, amintind de cea a mamei, devine un adevărat gardian împotriva excitaţiei sexuale a bărbatului. Din această cauză, bărbaţii caută să scape de faţa partenerei închizând ochii, căutând întunericul sau preferând poziţiile în care partenera este abordată pe la spate.

Un alt anafrodisiac psihic cu acţiune asupra bărbatului este prezenţa altuia în viaţa partenerei, aceasta făcându-se simţită mai ales prin relatarea unor detalii care conturează performanţele acelui concurent. În ceea ce o priveşte pe femeie, anafrodisiace sunt toate situaţiile în care nu sunt împlinite condiţiile de siguranţă, mai ales cele cu privire la viitorul relaţiei.

A fi bun în pat

Ce înseamnă oare să fii bun sau bună în pat? N-am făcut niciun sondaj, dar simt că, în general, avem cu toţii aceeaşi părere. Însă nu patul este cel care face un partener bun; nu în pat se vede dacă un om este talentat în sex, ci în tot ce face înainte de pat sau în jurul acestuia şi în felul în care reuşeşte să lase în mintea partenerului sau partenerei acel episod de viaţă.

Sexul ca „fenomen multimedia”.

În primul rând, bun la pat nu este cel care se zvârcoleşte foarte mult din toate încheieturile, ci acela capabil să-i aducă partenerului un complex de percepţii, care ating mai toate gamele senzaţiilor umane. Băiatul bun

la pat şi mai ales fata bună la pat este o persoană care se mişcă într-un mod deosebit. În al doilea rând, bineînţeles că bună la pat este o persoană care miroase într-un fel anume, are o anumită culoare a pielii şi chiar a hainelor care tocmai au căzut de pe ea. O persoană bună la pat este, de asemenea, cea care oferă privirii şi atingerii anumite linii şi forme din corpul ei în cele mai potrivite momente. Într-un fel, putem spune că acesta este un adevărat „fenomen multimedia" în sex, datorită căruia subiectul trăirii simte prin mai multe canale şi are senzaţia de plenitudine.

Toate aceste „aspecte multimedia" ale persoanei bune la pat trebuie să-i creeze partenerului o senzaţie de adecvare, adică de inducere a impresiei că mirosul vine de unde trebuie şi este cel care trebuie. Că ceea ce oferă el sau ea în pat se suprapune cu dorinţa partenerului. Şi atunci se mai iveşte o întrebare:

Bun pentru tine sau pentru celălalt?

Aceasta este o întreagă problemă; oamenii se chinuie de sute de ani să dea răspuns la această întrebare: cum e mai bine să fii în pat, egoist sau altruist? E bine să te gândeşti la plăcerea ta, pentru că astfel şi celălalt va fi relaxat, dând frâu liber plăcerilor sale, sau e bine să te gândeşti la celălalt neglijându-te pe tine, sacrificându-te, uitând de persoana ta şi slujind plăcerile partenerului?

Se pare că totul ţine de personalitate. Aici nu e vorba de altruism, ci de impulsurile instinctive cărora o persoană le dă curs. Cel sau mai ales cea care se gândeşte la orgasmul său, ajunge să-şi dorească atât de mult momentul, ba chiar să-l amâne atât de mult, încât se poate ajunge la o deteriorare a dinamicii sexuale, lucru deloc bun în pat.

Femeia bună la pat

O fată fără experienţă nu este bună la pat. Şi totuşi, ea ajunge după un timp să spună: „Cel mai bun bărbat pe care l-am avut în pat a fost primul”. Acea fată ajunge să jure în faţa primului prieten că nimeni nu e ca el. îi spune chiar: „Eşti atât de bun la pat, nici nu-mi închipuiam că poate fi aşa de bine”. Mai târziu însă, apare femeia bună la pat. Din ce este alcătuită ea? Aşa cum spuneam mai sus, în primul rând din mişcare şi percepţii. Din cele câteva filme sexy artistice pe care le-aţi văzut în viaţa voastră, aţi dedus, probabil, că o femeie simte plăcerea privirii şi chiar a ceea ce urmează să facă încă dinainte de a fi dezbrăcată sau de a fi în pat cu partenerul ei. Aceea este actriţa căreia regizorul îi spune dinainte cum va fi sexul cu partenerul. Şi în viaţa reală există regizori şi actriţe; există chiar femei care au orgasm înainte de a se întâmpla ceva erotic concret. Mulţi băieţi spun că o fată bună la pat este o fată care face multe. Adică lărgeşte paleta de tehnici sexuale şi chiar ajunge să furnizeze plăceri interzise (sex oral, sex anal, sex în trei, sex în locuri bizare etc). Dar aproape întotdeauna o astfel de femeie bună în pat trăieşte o dramă: drama femeii care oferă mult şi nu primeşte în schimb suficient de mult.

Cum e văzut „armăsarul”.

Un băiat poate avea performanţe incontestabile la pat generând totuşi două tipuri de interpretări: e bun sau e obsedat sexual. Eu însumi am auzit o dată o bârfă prin spitalul în care lucram: o asistentă medicală îi spunea unei colege că soţul ei este obsedat sexual, vrea prea mult sex şi are atâta imaginaţie, încât a extenuat-o. La câteva zile după aceea am auzit o altă bârfă emisă de o altă colegă, despre soţul aceleiaşi doamne, care – spunea bârfa – ar fi foarte bun la pat. Şi era vorba de unul şi acelaşi bărbat…

Unii consideră că, pentru a fi bun la pat, contează în primul rând să arăţi feroce. Dar există oameni care sunt feroce abia când sunt descoperiţi. Această posibilitate a

devenit un mit modern: al bărbatului care, deşi nu pare, e un „armăsar”. Aţi văzut filmul Superman? Aţi observat că purta ochelari, era anost, timid şi nimeni nu ştia că el e un Superman? Te uiţi la el şi nu prea crezi că poate; trebuie ca el să dovedească, sau tu să ai ceva experienţă, un ochi profesionist şi, mai presus decât orice, să încerci o relaţie cu el...

Imaginea de sine în pat

O persoană bună la pat este o persoană care are încredere în ea. Iar stima de sine are o importanţă covârşitoare chiar şi când faci colăcei pentru Crăciun. Din câte ştiu eu, cea mai mare încredere în sine, cu excepţia celei pe care ţi-o dă confirmarea ca partener, este aceea pe care o capeţi când eşti recunoscut ca fiind bun la pat. Este un fel de confirmare dusă „până-n pânzele albe”, cum se spune, care te face să te simţi foarte bine. Iar dacă tu te simţi bine, îl poţi ajuta şi pe celălalt să se simtă bine. Nu simţiţi că ne învârtim în cerc?

Un om bun la pat este în primul rând bârfit. Se vorbeşte mult despre performanţele lui. În acelaşi timp este o persoană curioasă, spontană, dornică să-l cunoască pe celălalt. Şi apoi mai e ceva: fiecare om vrea să ştie dacă e bun la pat sau nu. De aceea, trebuie să ştii că e bine să-i spui partenerului că e bun... Ştiţi, bărbaţii ăştia parc-ar avea un buton unde

va fi în spatele urechii, şi dacă le spui că a fost bine şi că au fost buni la pat de vreo câteva ori la rând, e ca şi cum ai fi apăsat pe buton, ei se schimbă şi chiar ajung să fie buni sau să dea tot ce e mai bun din ei în pat. Nici nu ştiţi voi ce importanţă are acest lucru asupra vieţii lui profesionale şi a formării lui ca o persoană demnă de încredere, debordând de idei, creativă. Pentru patul acela el e în stare să cheltuiască energii nebănuite; există voci

care afirmă că întreaga civilizaţie umană s-a clădit în jurul acestei dorinţe a bărbatului de a-i dovedi femeii că el poate.

Cu magnetul în sân

Ce părere aveţi despre femeile sau fetele care, prin faptul că sunt bune la pat, ţin lângă ele un băiat dorit de multe altele? Iar acestea din urmă se întreabă nedumerite: „Cum poate el să stea cu aia? Cred că e bună la pat!” Ce credeţi că face în pat de-l ţine lângă ea ani de zile? Unii se gândesc că ea face tot felul de lucruri pe care o fată serioasă nu le-ar face niciodată.

Ştiu foarte bine din experienţa de psihiatru că, dacă între o fată şi un băiat despărţirea este iminentă, există tendinţa ca sexul să fie folosit forţat pentru menţinerea partenerului. Atunci se naşte o aparentă efervescenţă sexuală între cei doi, mai ales din partea celui care vrea să-şi păstreze partenerul mai mult timp. Acesta recurge la o sumedenie de lucruri pe care nu le-ar fi conceput înainte şi totuşi se simte că e ceva fals în asta, iar sexul îi produce repulsie crescândă şi un comportament evitant. În plus, ca fată trebuie să ştii că, pentru a ţine un partener legat de tine prin sex, trebuie să dai din ce în ce mai mult, mai ales la cerere.

Unii vor spune că încercarea de a ţine o persoană în pat nu merge la infinit, dar să ştiţi că uneori poate să dureze câţiva ani buni. Să fii bun la pat este o capacitate la fel de importantă ca şi cea intelectuală. De multe ori, ea se bazează pe talent, dar aproape întotdeauna funcţionează datorită percepţiei partenerului asupra ta.

Înlocuitori pentru sex

Pentru unii, sexul este un viciu. Pentru alţii, preocuparea sexuală este o boală. Alţii consideră sexul imoral, în timp ce alţii sunt convinşi că a face sex este un act pentru mai târziu. Pornind de la aceste convingeri, unii dintre cei care-ţi organizează viaţa sunt în stare să-ţi

impună consumul de anafrodisiace. Cei mai mulţi consideră însă, mai ales când eşti adolescent, că ar trebui să înlocuieşti activitatea sexuală cu alte activităţi. Chiar şi tu însuţi ai putea ajunge la concluzia că, în loc de a face dragoste, ai putea face altceva. Dar ce anume poate înlocui sexualitatea unui om?

Sportul?

De fapt, sportul nu face decât să faciliteze activitatea sexuală. Efortul fizic stă în strânsă legătură cu sexualitatea datorită unor substanţe numite catecolamine; adrenalina şi noradrenalina sunt secretate în cantitate mai mare în organismul care urmează să fie supus unui efort fizic intens. Tot ele sunt secretate masiv şi în cazul reacţiei de furie, care precedă adesea agresivitatea fizică (poate de aceea unii halterofili mimează furia înainte de a-şi ridica greutăţile). Dar tot pe catecolamine se bizuie şi o parte din pregătirea fizică pentru sex. De asemenea, un efort fizic sau o emoţie puternică prealabile accentuează receptivitatea în faţa unui posibil partener sexual.

Autoerotismul

Practica autoerotismului este echivalentă, în mare, cu actul masturbării, incluzând şi obişnuinţa de a te considera cel mai accesibil partener al tău, de a îndeplini anumite ritualuri de autosatisfacere etc. Partea cea mai dăunătoare a autoerotismului se manifestă atunci când acesta înlocuieşte toată activitatea sexuală propriu-zisă, cu un partener, iar aceasta se întâmplă în situaţii precum următoarele:

partenerul este inaccesibil. În acest caz, masturbarea este o modalitate de a menţine relaţia cu partenerul, dar în plan imaginar;

— Masturbarea devine un sistem de compensare emoţională. Cu alte cuvinte, un băiat ajunge să se masturbeze fie pentru a-şi alina necazul, fie pentru a-şi

oferi o recompensă pentru o nouă reuşită;

— Sexualitatea cu un partener este un domeniu înfricoşător. Din cauza unei stime de sine scăzute, sau a unor eşecuri şi experienţe neplăcute, frica domină viitoarele relaţii sexuale „normale”.

O altă pasiune!

Dragostea este o pasiune faţă de cineva; persoana îndrăgostită îşi subordonează toate preocupările celuilalt, ajungând să-şi schimbe viaţa radical. Poate de aceea, un om îndrăgostit este de nerecunoscut pentru cunoscuţi. Dar sexul nu este o pasiune. Acei bărbaţi care caută sexul cu orice preţ aleargă de fapt după o confirmare ca bărbaţi, lucru care întârzie să apară. De aceea, se poate spune că o pasiune poate intra în competiţie cu sexul la două niveluri:

— La nivelul plăcerii, caz în care adesea sexualitatea învinge. Dar nu întotdeauna se întâmplă aşa; de exemplu, consumul de stupefiante poate oferi senzaţii care aruncă în uitare preocupările legate de sex;

— La nivelul satisfacţiilor, caz în care adesea sexualitatea cedează chiar şi în faţa unui pescuit sau navigări pe Internet. Sunt frecvente situaţiile în care un băiat stă cu spatele la partenera lui pentru a se ocupa de iubitul său computer…

Cu toate limitările sale, o pasiune adevărată este singura capabilă să înlocuiască în mod natural preocuparea pentru sexualitate. Pentru aceasta, ea trebuie să aibă câteva caracteristici:

— Să aibă ca suport aptitudini reale;

— Aceste aptitudini să fie identificate de persoana în cauză, nu de un „binevoitor”;

— Să nu excludă sexualitatea, ci doar să o amâne.

Deşeurile sexuale

Cum îţi dai seama că într-o cameră s-a făcut sex? Cearşaful mototolit, vaza răsturnată, mirosul secreţiilor genitale?

O piesă de lenjerie uitată pe sub pat, pete de sânge sau de spermă? Un prezervativ care pluteşte în toaletă? Cam multe urme stăruie la locul „faptei” sexuale, şi asta pentru că, în timp ce fac dragoste, cei doi au un discernământ atât de scăzut, încât nu le pasă de ceea ce vor lăsa în urmă. Scopul acestei „lecţii” nu este să te înveţe cum să nu laşi urme în locul în care ai făcut dragoste, ci cum să devii conştient de aspectele ulterioare ale vieţii tale sexuale.

Prezervativul

Mulţi te învaţă cum se pune un prezervativ. Dar cum se scoate un prezervativ te-a învăţat cineva? în primul rând, ştii probabil că prezervativul nu stă prea bine pe un penis care nu mai este în erecţie. Fiind prins de contracţiile vaginului, prezervativul este tras de pe penis, iar astfel devine posibilă „deversarea” spermei în vagin. Ca să nu mai vorbim de panica pe care o simte fata când îşi dă seama că are un prezervativ undeva, în profunzimea vaginului. Pentru a evita un astfel de incident, imediat ce erecţia a început să cedeze, bărbatul va face mai degrabă mişcări laterale sau de rotire, evitându-le pe cele care merg înainte şi înapoi. Când se decide să se retragă, bărbatul sau partenera sa va căuta capătul exterior al prezervativului şi îl va fixa pe penis în timpul retragerii lui din vagin. Prezervativul folosit nu trebuie aruncat în toaletă, ci la gunoi, după ce a fost în prealabil înnodat şi „ambalat” în ceva.

Dezamăgirea

Teoria aşteptărilor spune că, înainte de a participa la un eveniment, oamenii au nevoie să facă o „proiecţie” a ceea ce se va întâmpla, imaginându-şi mai ales elementele care le vor fi favorabile. Mergând la o întâlnire, o fată se aşteaptă să fie ceva romantic, iar un băiat s-ar putea

aştepta să facă sex. Până la urmă se dovedeşte că întâlnirea nu e deloc romantică şi nici sex nu se face. După cum se vede, încă din „faşă”, această întâlnire ocazionează două feluri de conflicte:

a) între aşteptările ei şi aşteptările lui;

b) între aşteptările fiecăruia şi ceea ce se petrece în realitate.

Ei bine, datorită faptului că sexul este un eveniment marcat de egoism, aşteptările partenerilor sunt mai întotdeauna neconfirmate. Iar sentimentul care rămâne în urma unei partide de sex este de multe ori… dezamăgirea.

Buchetul de flori întotdeauna este interesant să afli care este soarta buchetului de flori pe care el i l-a oferit ei înainte de a face dragoste. Băieţii se pricep la promisiuni. Intuind câte ceva din teoria aşteptărilor, ei exagerează cu promisiunile înainte de a face dragoste cu o fată. Dacă eşti băiat, sfatul meu e să promiţi doar ceea ce ştii cu siguranţă că se va împlini. Poţi deveni un adevărat „vrăjitor” în ochii prietenei tale dacă, ştiind dinainte că i-ai pus sub pernă o floare, îi promiţi iubitei tale că patul ei va fi mai frumos diseară. Dintotdeauna, fetelor le-a plăcut ca iubitul lor să le stăpânească viaţa…

5 Oameni ciudaţi *în acest capitol vom vorbi despre ceea ce unii numesc „perversiuni” sexuale. De fapt, ele sunt deprinderi menite să-l adapteze pe cel ce le practică la situaţii care încalcă limitele comportamentului considerat în mod convenţional normal. În general, cei tineri nu au încă astfel de deprinderi, dar trebuie să-şi formeze cât mai devreme o atitudine faţă de ele.*

Liviu este convins că se masturbează de la vârsta de patru ani. Îşi aminteşte clar cum stătea în patul lui acoperit de jur-împrejur cu pături, jucându-se cu micul lui sex. În curte aveau un câine rău, care ar fi muşcat pe oricine ar fi ridicat mâna să-l bată. Şi lui îi era frică de acel câine, iar singurul capabil să-l protejeze era fratele mai

mare, care dormea uneori în pat cu Liviu. Pe la zece ani, masturbarea a început să producă spermă, iar Liviu şi-a dat seama că era, ca fratele lui, bărbat... Dorea să penetreze pe cineva sau ceva şi a ajuns, nu ştie cum, să-şi introducă un deget în anus atunci când ejacula. Ar fi vrut să-i facă asta câinelui cel rău, dar n-a apucat, pentru că bietul animal a fost otrăvit. În curtea lor a apărut un alt câine, mult mai blând. În doar câteva săptămâni, Liviu l-a dresat să-i lingă sexul şi într-o zi a fost chiar fericit că animalul a stat să-l penetreze. De atunci, viaţa sexuală a lui Liviu se rezumă la raporturile cu câinele şi masturbare. El se consideră un tip fricos, dar se gândeşte serios să practice *bungee jumping*. Mă uit la ochii mici şi vioi ai lui Liviu, evaluez lapidar zâmbetul lui cu buzele strânse şi-mi dau seama că are nevoie de o pedeapsă pentru vinovăţia pe care o poartă cu el. Da, *bungee jumping-vi* ar fi bun...

Despre pederastie în intimitatea bărbatului se pot strecura numeroase practici sexuale care cu timpul pot lua amploare, dominându-i viaţa. Unele, cum este şi homosexualitatea, sunt legate de identitatea sexuală. Altele, precum pederastia, au ca scop confirmarea lui ca bărbat matur, iar altele, precum pedofilia, încearcă să răspundă problemelor lui de dezvoltare. Fie că ai fost subiectul unor astfel de practici, fie că te simţi pe drum către una dintre ele, fie că nu ai nicio tangenţă cu ele, merită să afli câte ceva despre natura lor.

Din istoria bărbaţilor în Grecia antică trebuie să fi fost foarte dificil să fii bărbat în toată firea. Pentru a-ţi susţine cât mai ferm acest statut, aveai nevoie de o serie de confirmări ale masculinităţii tale dominante. Una dintre practicile folosite de bărbaţii de atunci pentru a se ierarhiza din punct de vedere sexual era pederastia. Numele ei vine de la cuvântul *păiş*, care în greceşte

desemnează copilul de vârsta prepubertăţii (de aici şi denumirile de „pediatrie”, „pedofilie” etc.) şi *crastos*, care înseamnă „a face dragoste”. Va să zică, grecii acelor vremuri făceau sex anal cu băieţi de 10 – 12 ani, pentru a-şi consolida o masculinitate care să-i ridice ca prestigiu deasupra altor bărbaţi. Chiar şi astăzi, există ţări care se pot „lăuda” cu persistenţa unor astfel de obiceiuri (de exemplu, Malaezia), considerate de băştinaşi drept sănătoase.

Un bărbat îţi face curte

Să spunem că eşti heterosexual, adică un om care preferă să aibă relaţii sexuale cu cineva de sex opus. Ţi s-a întâmplat vreodată să se apropie de tine un bărbat, manifestând o tandreţe pe care nici tatăl tău nu îndrăznea să ţi-o ofere? Dacă nu, atunci iată cum este relatat un astfel de episod de către un băiat care a păţit aşa ceva. „Mă duceam aproape în fiecare zi la un magazin de articole foto, ca să prind nişte reduceri de preţ. Tocmai când mă pregăteam să cumpăr un film, cineva m-a prins de braţ şi mi-a spus că ar fi mai bine să cumpăr altă marcă, fiindcă are culori mai frumoase. Când m-am uitat la el, am constatat că era un necunoscut de vreo cincizeci de ani, care mă privea ca şi cum s-ar fi bucurat foarte mult să mă vadă. Îmi cerceta faţa cu atenţie şi, văzând că-mi retrag braţul din mâna lui, mi-a dat drumul, dar a continuat să-mi susţină cotul, ca şi cum ar fi fost ceva preţios pentru el. Mi-a arătat nişte poze beton, majoritatea făcute într-o tehnică specială, cu nu ştiu ce nume. Mi-a zis că are atelier foto peste drum, unde ar putea să-mi arate cum se face şi în timpul ăsta, să-mi developeze pe gratis un film de-al meu. Când am ajuns acolo, la lumina roşie din camera obscură, a început să-mi dea ordine: să-mi scot jacheta, să scot filmul din geantă, să mă aşez repede lângă el pe scaun; eu întârziam să mă aşez pe acelaşi scaun cu el, mai ales că nu prea aveam unde. Şi atunci, el m-a apucat cu amândouă

mâinile de coapsa piciorului stâng, băgându-şi degetele printre picioarele mele. În momentul acela m-am speriat, mi-am înşfăcat geanta şi-am fugit pe uşă, în timp ce el, aparent nepăsător, îmi spunea că o să ne mai întâlnim. M-am oprit o staţie mai încolo, simţind că am în gât şi inima şi stomacul…”

De la pederastie la pedofilie

Aproape toţi oamenii consideră că este oarecum normal ca tatăl să fie acela care ocupă în familie poziţia de forţă, el confruntându-se cu cele mai periculoase situaţii şi tot el aplicând pedeapsa fizică. Unii taţi se pricep atât de bine la astfel de lucruri, încât li se citeşte pe chip satisfacţia de a-şi exercita funcţia coercitivă. Ceea ce nici nu bănuieşte un astfel de tată, e că satisfacţia pe care o simte el când îşi pedepseşte fiul este învăţată de acesta şi va sta la baza agresiunii pe care o va manifesta la rândul lui faţă de alţii. Ei bine, acest mecanism de preluare a satisfacţiei agresorului de către victimă este pe deplin valabil şi în cazul pederastiei: băiatul care a suportat un ritual de dominaţie sexuală din partea unui bărbat va fi nerăbdător să ajungă la rândul lui bărbat, pentru a dobândi aceeaşi satisfacţie în detrimentul altora.

Homosexualitatea pozitivă

Lumea e copleşită de ură. Dintre toate formele de manifestare a acesteia, cea mai radicală ură este aceea resimţită faţă de cineva pentru simplul fapt că „este” într-un fel. Poate cea mai actuală confruntare bazată pe ură este cea cu privire la homosexualitate. Ea presupune caractere înnăscute, identitate specială, practică sexuală aparte, şi de aceea homosexualul simte mai devreme sau mai târziu că e altfel, se numeşte altfel şi trebuie să facă altceva decât majoritatea celor din jurul lui.

O vinovăţie înnăscută?

Există teorii care susţin că homosexualitatea ar avea o cauză genetică. Altele spun că ea ar fi dobândită prin inducerea comportamentului de la un individ la altul. Majoritatea oamenilor cred că a nu fi homosexual este o chestiune de voinţă. Dar lucrurile nu stau chiar aşa… Mi s-a întâmplat să fiu martor al frământărilor unor băieţi de 13 – 14 ani, care simţeau că preocupările lor afective şi erotice erau îndreptate către persoane de acelaşi sex. Nici ei, nici altcineva nu ar fi putut explica de ce tocmai lor li se întâmpla acest lucru. Ei şi-au început aventura dobândirii identităţii sexuale prin confuzie, nelinişte, vinovăţie.

Homofobia

Hotărât lucru, cei mai înverşunaţi duşmani ai homosexualilor sunt oamenii care nu au avut de-a face (şi nici nu vor să aibă) cu vreunul. Homofobia este termenul care exprimă intoleranţa, teama, ura, repulsia, neînţelegerea manifestate faţă de homosexualitate. Recunosc, heterosexual fiind, că apropierea erotică a unui homosexual mi-ar provoca o reacţie de respingere fizică. Dar de la această reacţie şi până la dorinţa de a şterge de pe lume acel om este o cale lungă. Ceea ce este şi mai trist, e că înşişi homosexualii şi lesbienele reacţionează la homofobie printr-o şi mai accentuată delimitare de comunitatea care-i respinge.

După opinia mea, dacă eşti homosexual, poţi preveni manifestarea homofobiei în jurul tău prin următoarele atitudini:

— Considerând că relaţia ta cu un bărbat este în primul rând ceva intim şi abia în al doilea rând un câmp de luptă ai drepturilor omului;

— Menţinând legăturile cu heterosexualii care te cunosc, astfel încât valorile tale să fie recunoscute;

— Încercând să nu confunzi o discuţie de principiu despre homosexualitate cu o exprimare a homofobiei.

În schimb, dacă eşti heterosexual, îţi poţi controla

tendinţele homofobe dacă:

— Te informezi măcar asupra datelor esenţiale privitoare la această identitate sexuală;

— Arăţi interes faţă de calităţile general umane ale celor din jurul tău, fără să consideri că homosexualitatea este un defect;

— Dovedeşti respect pentru intimitatea sexuală a oricui, indiferent dacă este homosexual sau nu.

Numeroase persoane „normale" simt nevoia să-i „aducă pe calea cea bună" pe homosexualii cu care au relaţii de prietenie. Iar acest lucru li se întâmplă mai ales fetelor, care se simt adesea ataşate de calităţile afective ale amicilor homosexuali. Dacă te simţi tentat să faci un astfel de act caritabil, gândeşte-te că el e echivalent cu cel prin care ţie ţi s-ar cere să practici sex anal, pentru că aşa e bine... Alţii, mai ales persoane vârstnice, le spun homosexualilor să se ducă să se trateze; în spitalele româneşti ar putea obţine cel mult o spălare de creier care să atingă profunzimile identităţii sexuale, fără posibilitatea de a construi altceva în loc...

Iubirea dintre bărbaţi

Oare cum fac homosexualii sex? Dar lesbienele, cum o fac? Nici unii, nici alţii n-ar trebui să se supere dacă heterosexualii pun astfel de întrebări; ar trebui să se îngrijoreze dacă nu le pun, ceea ce ar presupune existenţa unor răspunsuri simpliste, de genul: „Fac sex anal şi gata!"

În realitate, doi parteneri de acelaşi sex se simt îndrăgostiţi, atraşi, geloşi sau dezamăgiţi ca orice alţi oameni. Ei se caută, se curtează şi se intimidează în faţa partenerilor greu accesibili. La aceasta se adaugă şi frământările care sună cam aşa: „Oare n-o să mă refuze? Dar dacă nu este *gay*?" Sau: „Unde să mergem, pentru a nu fi văzuţi şi fluieraţi?" Sărutul, atingerea, *pettingul* au

valoare la fel de mare pentru ei ca pentru orice persoane care vor să se cunoască erotic. Relativ răspândit este sexul între coapse, iar o tehnică specială o reprezintă felaţia, ca practică ce se doreşte a fi reciprocă, dar polarizând uneori partenerii în roluri diferite, astfel încât unul mai mult dă, iar altul mai mult primeşte. Tot aşa se poate întâmpla şi cu sexul anal, numit şi sodomie, care este însă privit cu destulă reticenţă la începuturile cuplului. El necesită precauţii legate atât de durere, cât şi de plăcere, ceea ce complică puţin tehnica. De exemplu, mulţi îşi impun folosirea prezervativului, a lubrifianţilor, precum şi a duşului. Dar poate cea mai interesantă caracteristică a relaţiilor homosexuale este intensul schimb afectiv, care este cu atât mai admirabil, cu cât se desfăşoară între doi bărbaţi. De altfel, băieţii heterosexuali ar avea destul de mult de învăţat de la un *gay* despre comunicarea afectivă, în privinţa căreia sunt atât de deficitari în relaţia cu fetele. Datorită faptului că înţeleg mai bine trupul partenerului de acelaşi sex, homosexualii au mai puţine tulburări de dinamică sexuală...

Prietenie cu un gay

Spuneam mai sus că băieţii heterosexuali sunt deficitari în privinţa comunicării emoţiilor erotice. În schimb, mult mai bine merg prieteniile dintre homosexuali şi fete. După ce s-a îndrăgostit de un băiat deosebit de comunicativ emoţional, fata poate constata că el evită contactele fizice cu ea, ceea ce o face să afirme: „Ori e impotent, ori e homosexual!” Multe fete tind să considere homosexualitatea, ca şi masturbarea, o trădare fără rost, dar şi o insultă la adresa lor. Ele sunt în stare să pună în joc multă răbdare pentru a obţine cât de puţină tandreţe de la acel băiat drăguţ. De cele mai multe ori, prietenia aceasta se termină în momentul penibil al atingerii forţate. În ceea ce priveşte prietenia dintre un *gay* şi un heterosexual, ea este mult condiţionată de capacităţile

fiecăruia dintre cei doi de a tolera identitatea sexuală a celuilalt. Ce se întâmplă însă când o persoană simte atracţie atât faţă de femei, cât şi faţă de bărbaţi?

Bisexualul în jargonul celor preocupaţi intens de sex, o persoană care se simte atrasă atât de cei de acelaşi sex, cât şi de cei de sex opus se numeşte AC-DC, adică persoană conectată la curent al ternari v-curent continuu. Într-o societate relativ dezvoltată cultural, 80% dintre bărbaţi sunt heterosexuali, vreo 2% sunt exclusiv homosexuali şi 18% sunt bisexuali, deşi se crede despre ei că sunt homosexuali.

Când hetero, când hotno...

Există o categorie de bărbaţi care-şi încep viaţa sexuală prin relaţii cu femeile, ajungând însă să prefere relaţiile cu alţi bărbaţi. Unii întemeiază cupluri heterosexuale durabile, iar pe parcursul anilor de convieţuire încep să-i ceară partenerei preponderent sex anal, urmând ca mai târziu să prefere parteneri de sex masculin pentru această practică. Dintre aceştia, o categorie aparte o constituie bărbaţii căsătoriţi cu femei, dar care preferă relaţiile sexuale cu băieţi (v. *Despre pederastie*). Alţi bărbaţi tineri se simt în adâncul lor homosexuali, dar în urma presiunii unor femei ajung să aibă şi relaţii heterosexuale. Şi pentru ca totul să pară şi mai năucitor, există bărbaţi care au relaţii sexuale doar cu femei, dar se simt îndrăgostiţi de un alt bărbat... Pentru a mai lămuri puţin lucrurile, trebuie să ţinem cont de faptul că homosexualitatea are două aspecte: unul privind identitatea sexuală („Sunt convins că sunt homosexual.”) şi altul privind practicile homosexuale („Prefer să fac sex cu bărbaţi.”).

În realitate, doi parteneri de acelaşi sex se simt îndrăgostiţi, atraşi, geloşi sau dezamăgiţi ca orice alţi

oameni. Ei se caută, se curtează şi se intimidează în faţa partenerilor greu accesibili. La aceasta se adaugă şi frământările care sună cam aşa: „Oare n-o să mă refuze? Dar dacă nu este *gay*?” Sau: „Unde să mergem, pentru a nu fi văzuţi şi fluieraţi?” Sărutul, atingerea, *pettingul* au valoare la fel de mare pentru ei ca pentru orice persoane care vor să se cunoască erotic. Relativ răspândit este sexul între coapse, iar o tehnică specială o reprezintă felaţia, ca practică ce se doreşte a fi reciprocă, dar polarizând uneori partenerii în roluri diferite, astfel încât unul mai mult dă, iar altul mai mult primeşte. Tot aşa se poate întâmpla şi cu sexul anal, numit şi sodomie, care este însă privit cu destulă reticenţă la începuturile cuplului. El necesită precauţii legate atât de durere, cât şi de plăcere, ceea ce complică puţin tehnica. De exemplu, mulţi îşi impun folosirea prezervativului, a lubrifianţilor, precum şi a duşului. Dar poate cea mai interesantă caracteristică a relaţiilor homosexuale este intensul schimb afectiv, care este cu atât mai admirabil, cu cât se desfăşoară între doi bărbaţi. De altfel, băieţii heterosexuali ar avea destul de mult de învăţat de la *wxgay* despre comunicarea afectivă, în privinţa căreia sunt atât de deficitari în relaţia cu fetele. Datorită faptului că înţeleg mai bine trupul partenerului de acelaşi sex, homosexualii au mai puţine tulburări de dinamică sexuală…

Prietenie cu un gay

Spuneam mai sus că băieţii heterosexuali sunt deficitari în privinţa comunicării emoţiilor erotice. În schimb, mult mai bine merg prieteniile dintre homosexuali şi fete. După ce s-a îndrăgostit de un băiat deosebit de comunicativ emoţional, fata poate constata că el evită contactele fizice cu ea, ceea ce o face să afirme: „Ori e impotent, ori e homosexual!” Multe fete tind să considere homosexualitatea, ca şi masturbarea, o trădare fără rost, dar şi o insultă la adresa lor. Ele sunt în stare să pună în

joc multă răbdare pentru a obţine cât de puţină tandreţe de la acel băiat drăguţ. De cele mai multe ori, prietenia aceasta se termină în momentul penibil al atingerii forţate. În ceea ce priveşte prietenia dintre un *gay* şi un heterosexual, ea este mult condiţionată de capacităţile fiecăruia dintre cei doi de a tolera identitatea sexuală a celuilalt. Ce se întâmplă însă când o persoană simte atracţie atât faţă de femei, cât şi faţă de bărbaţi?

Bisexualul în jargonul celor preocupaţi intens de sex, o persoană care se simte atrasă atât de cei de acelaşi sex, cât şi de cei de sex opus se numeşte AC-DC, adică persoană conectată la curent alternativ-curent continuu. Într-o societate relativ dezvoltată cultural, 80% dintre bărbaţi sunt heterosexuali, vreo 2% sunt exclusiv homosexuali şi 18% sunt bisexuali, deşi se crede despre ei că sunt homosexuali.

Când hetero, când homo...

Există o categorie de bărbaţi care-şi încep viaţa sexuală prin relaţii cu femeile, ajungând însă să prefere relaţiile cu alţi bărbaţi. Unii întemeiază cupluri heterosexuale durabile, iar pe parcursul anilor de convieţuire încep să-i ceară partenerei preponderent sex anal, urmând ca mai târziu să prefere parteneri de sex masculin pentru această practică. Dintre aceştia, o categorie aparte o constituie bărbaţii căsătoriţi cu femei, dar care preferă relaţiile sexuale cu băieţi (v. *Despre pederastie*). Alţi bărbaţi tineri se simt în adâncul lor homosexuali, dar în urma presiunii unor femei ajung să aibă şi relaţii heterosexuale. Şi pentru ca totul să pară şi mai năucitor, există bărbaţi care au relaţii sexuale doar cu femei, dar se simt îndrăgostiţi de un alt bărbat... Pentru a mai lămuri puţin lucrurile, trebuie să ţinem cont de faptul că homosexualitatea are două aspecte: unul privind identitatea sexuală („Sunt convins că sunt homosexual.") şi altul privind practicile homosexuale („Prefer să fac sex cu

bărbaţi.”).

În realitate, doi parteneri de acelaşi sex se simt îndrăgostiţi, atraşi, geloşi sau dezamăgiţi ca orice alţi oameni. Ei se caută, se curtează şi se intimidează în faţa partenerilor greu accesibili. La aceasta se adaugă şi frământările care sună cam aşa: „Oare n-o să mă refuze? Dar dacă nu este *gay*?” Sau: „Unde să mergem, pentru a nu fi văzuţi şi fluieraţi?” Sărutul, atingerea, *pettingul* au valoare la fel de mare pentru ei ca pentru orice persoane care vor să se cunoască erotic. Relativ răspândit este sexul între coapse, iar o tehnică specială o reprezintă felaţia, ca practică ce se doreşte a fi reciprocă, dar polarizând uneori partenerii în roluri diferite, astfel încât unul mai mult dă, iar altul mai mult primeşte. Tot aşa se poate întâmpla şi cu sexul anal, numit şi sodomie, care este însă privit cu destulă reticenţă la începuturile cuplului. El necesită precauţii legate atât de durere, cât şi de plăcere, ceea ce complică puţin tehnica. De exemplu, mulţi îşi impun folosirea prezervativului, a lubrifianţilor, precum şi a duşului. Dar poate cea mai interesantă caracteristică a relaţiilor homosexuale este intensul schimb afectiv, care este cu atât mai admirabil, cu cât se desfăşoară între doi bărbaţi. De altfel, băieţii heterosexuali ar avea destul de mult de învăţat de la un *gay* despre comunicarea afectivă, în privinţa căreia sunt atât de deficitari în relaţia cu fetele. Datorită faptului că înţeleg mai bine trupul partenerului de acelaşi sex, homosexualii au mai puţine tulburări de dinamică sexuală...

Prietenie cu un gay

Spuneam mai sus că băieţii heterosexuali sunt deficitari în privinţa comunicării emoţiilor erotice. În schimb, mult mai bine merg prieteniile dintre homosexuali şi fete. După ce s-a îndrăgostit de un băiat deosebit de

comunicativ emoţional, fata poate constata că el evită contactele fizice cu ea, ceea ce o face să afirme: „Ori e impotent, ori e homosexual!” Multe fete tind să considere homosexualitatea, ca şi masturbarea, o trădare fără rost, dar şi o insultă la adresa lor. Ele sunt în stare să pună în joc multă răbdare pentru a obţine cât de puţină tandreţe de la acel băiat drăguţ. De cele mai multe orl prietenia aceasta se termină în momentul penibil al atingerii forţate. În ceea ce priveşte prietenia dintre *un gay* şi un heterosexual, ea este mult condiţionată de capacităţile fiecăruia dintre cei doi de a tolera identitatea sexuală a celuilalt. Ce se întâmplă însă când o persoană simte atracţie atât faţă de femei, cât şi faţă de bărbaţi?

Bisexualul în jargonul celor preocupaţi intens de sex, o persoană care se simte atrasă atât de cei de acelaşi sex, cât şi de cei de sex opus se numeşte AC-DC, adică persoană conectată la curent alternativ-curent continuu. Într-o societate relativ dezvoltată cultural, 80% dintre bărbaţi sunt heterosexuali, vreo 2% sunt exclusiv homosexuali şi 18% sunt bisexuali, deşi se crede despre ei că sunt homosexuali.

Când hetero, când homo... Există o categorie de bărbaţi care-şi încep viaţa sexuală prin relaţii cu femeile, ajungând însă să prefere relaţiile cu alţi bărbaţi. Unii întemeiază cupluri heterosexuale durabile, iar pe parcursul anilor de convieţuire încep să-i ceară partenerei preponderent sex anal, urmând ca mai târziu să prefere parteneri de sex masculin pentru această practică. Dintre aceştia, o categorie aparte o constituie bărbaţii căsătoriţi cu femei, dar care preferă relaţiile sexuale cu băieţi (v. *Despre pederastie*). Alţi bărbaţi tineri se simt în adâncul lor homosexuali, dar în urma presiunii unor femei ajung să aibă şi relaţii heterosexuale. Şi pentru ca totul să pară şi mai năucitor, există bărbaţi care au relaţii sexuale doar cu femei, dar se simt îndrăgostiţi de un alt bărbat... Pentru a

mai lămuri puţin lucrurile, trebuie să ţinem cont de faptul că homosexualitatea are două aspecte: unul privind identitatea sexuală („Sunt convins că sunt homosexual.”) şi altul privind practicile homosexuale („Prefer să fac sex cu bărbaţi.”).

Femeia bisexuală

Fie din nonconformism, fie pentru că nu simte repulsie faţă de apropierea erotică de cineva de acelaşi sex, o femeie poate ajunge să practice erotismul cu o altă femeie. Un loc special îl ocupă în acest sens triolismul, care aduce două femei în situaţia de a se stimula reciproc înainte de a face sex cu un bărbat. Aproape întotdeauna, în aceste situaţii e vorba de o insuficienţă a preludiului pe care este capabil să-l ofere acel bărbat. Ca şi în psihologia vizionării unei scene porno, bărbatul respectiv se transpune în locul femeii active, simţindu-se excitat datorită gesturilor ei.

O altă situaţie relativ frecvent întâlnită în comunităţile noastre este aceea a femeii care are o viaţă sexuală intensă cu bărbaţi, dar are o prietenă apropiată, şi practică din când în când cu aceasta tribatismul (v. *Lesbianism şi tribadism*).

Trădarea bisexualului

De multe ori, tehnica bisexualului se deosebeşte de a celorlalţi prin măiestrie, nonconformism şi chiar bizar. Fiind resimţită şi ca o încununare a tandreţii, relaţia homosexuală consolidează ataşamentul celor doi. De aceea, aflând că partenerul său are şi o relaţie heterosexuală, homosexualul simte trădarea ca fiind cu atât mai gravă, cu cât credea până atunci că relaţia lor e cât mai aproape de perfecţiune. Din acel moment, bisexualul este considerat depravat, lipsit de voinţă, egoist. În realitate, bisexualul este de cele mai multe ori o

persoană care caută la ambele sexe o satisfacţie pe care n-a cunoscut-o decât parţial.

Cum se poartă un satir

Confruntarea cu sexualitatea altei persoane este aproape întotdeauna o chestiune delicată, cerând mult tact şi oarecare cunoştinţe (v. *Când celălalt este ciudat*). Ce să mai vorbim de situaţia în care omul de lângă tine nu se încadrează în ceea ce tu numeşti normalitate? Uneori eşti pus în situaţia de a convieţui cu un homosexual, alteori ai de-a face cu o prostituată, iar alteori te poţi întâlni cu un satir...

Din pădurile mitologice în mitologia greacă, satirul este o făptură înzestrată cu o energie sexuală debordantă, veselă, „libidinoasă”, cum ar spune fetele. Sexul lui este tot timpul în erecţie, metodele lui de apropiere de o femeie sunt mai degrabă perverse, iar relaţia cu bărbaţii este restrânsă la minimum. În picturi, satirul este reprezentat ca un bătrân cu jumătate de trup de ţap. El pare să fie un bătrân cu suflet tânăr, dar nu este aşa. E de fapt zgârcit, diabolic în apropierea de femeia tânără, vulnerabil în faţa morţii, ca un adevărat bătrân.

Plăcerea legitimă

După cum probabil ştii, în virtutea instinctului de conservare care predomină la vârstele înaintate, bătrânul urmăreşte recunoaşterea reuşitelor sale – poate de aceea preferă ca podoabă decoraţiile –, conservarea resurselor proprii, motiv pentru care se spune despre el că e zgârcit, dar şi obţinerea statutului de prioritate pentru nevoile sale. Din cauza acestui ultim aspect, satirul nu va căuta la o femeie plăcerea, ci legitimitatea. Astfel, plăcerea lui va fi scurtă, în schimb refuzul îi va fi greu de suportat.

Mai mult face, decât vorbeşte

Spre deosebire de tinerii aflaţi la începutul vieţii sexuale, care mai mult vorbesc decât fac, satirul nu prea vorbeşte despre plăcerile lui, dar le caută peste tot,

încercând să le pună în aplicare, oricât de sumar. Dacă acceptă să discute ceva, el va vorbi despre partenera lui, ştiind că în timp subiectul se va muta dinspre ea către el. Faptele lui sunt dedicate acelei părţi din propria viaţă în care băutura, femeile şi liberul arbitru îi stăteau la dispoziţie.

Două cazuri

Un bătrân colonel, suferind de sindrom talamic (care, printre altele, produce dureri extreme), nu se putea abţine să-mi povestească despre urmele lăsate de femei prin fiecare colţişor din garsoniera lui. La fiecare două-trei luni se ivea în casa lui câte o domnişoară plătită pentru a-l îngriji, iar colonelul începea prin a deschide o sticlă de vin roşu, continua solicitând sex oral şi sfârşea cerând să fie lăsat în pace. Colonelul era foarte vorbăreţ şi sublinia la fiecare minut cât de mult îi place viaţa.

Un alt bătrân, sculptor de data aceasta, mi-a mărturisit că a trecut prin „dalta" lui zeci de femei cu cel puţin 50 de ani mai tinere decât el. Dată fiind ambianţa artistică în care trăia, bătrânul nu rata mai niciodată dezbrăcarea femeii care-i călca pragul, după care practica cu obstinaţie coitul pe la spate. La fel ca şi satirul colonel, sculptorul le punea la treabă pe tinerele care se succedau prin atelierul său, în timp ce el frecventa restaurantele pentru a-şi înveseli bătrâneţea cu acelaşi vin roşu. Dacă ai cere părerea unei fete, ea şi-ar exprima repulsia faţă de trupul atonic al satirului, dar ai fi surprins să afli că ea se poate îndrăgosti, în sfârşit, de tatăl regăsit în el.

Ce ne facem cu satirul?

Un satir are nevoie mai degrabă de îngrijire. Deşi viaţa lui pare o continuă petrecere, în sinea lui nu de petrecere îi arde. După cum arătam mai sus, nu-i place să fie refuzat şi de aceea ar trebui tratat cu respect, dată fiind

setea lui de recunoştinţă. Dacă eşti fată şi simţi că te-ai îndrăgostit fără să vrei de un astfel de om, iată recomandarea mea: fă astfel încât el să se confrunte cu tatăl tău sau cu cineva care-l reprezintă, şi atunci vei putea face o distincţie mai clară între ceea ce credeai că are atrăgător şi ceea ce este el în realitate.

Satiriaşis în literatura de specialitate, satiriaşisul este o tulburare manifestată prin hiperactivitate sexuală la bărbat. Există anumite persoane predispuse la o astfel de manifestare, iar unii tineri cu o anumită întârziere în dezvoltarea mintală (oligofrenie) pot prezenta o oarecare dezinhibiţie sexuală permanentă. Tot dezinhibiţie sexuală poate manifesta şi acea persoană care are o afecţiune mintală cu sindrom maniacal; acesta cuprinde activităţi accelerate, stări de euforie, predispoziţie la cântec, dans, vorbărie exagerată, dar şi uşurinţa de a crea noi relaţii ajungând cât mai repede la un contact intim. Alte persoane pot avea o boală, precum sifilisul sau chiar gonoreea, pe parcursul căreia mâncărimile datorate leziunilor genitale stimulează erecţia şi apetitul sexual, făcând răspândirea bolii şi mai facilă.

Femeia nimfomană

Desigur, acest termen, rostit cu ironie sau îngrijorare de către unii bărbaţi, se referă la femei. El caracterizează acea femeie care pare să aibă un comportament sexual nesăţios. În practica mea medicală am cunoscut nenumăraţi bărbaţi proaspăt însuraţi, care se plângeau că tânăra lor soţie vrea sex în fiecare zi şi îi aleargă în jurul patului de câte ori se întorc obosiţi de la serviciu. Acest comportament se explică prin discrepanţa între stadiile de dezvoltare sexuală a celor doi. În timp ce bărbatului îi scade libidoul datorită solicitărilor profesionale şi faptului că a devenit sigur de partenera lui, tânăra femeie învaţă plăcerea sexuală cu fiecare zi ce trece, este tot mai relaxată şi mai doritoare de experimente.

Nimfomania adevărată este destul de rară; ea presupune un fel de comportament de tip Don Juan la femeie, un asalt permanent asupra oricărui bărbat cu scopul declarat de a face sex cu el.

Când celălalt este ciudat

Radu a venit la prima întâlnire cu Sorana aşa cum ştia din filme că trebuie să se prezinte într-o astfel de împrejurare: cu flori, cu haine bine alese, pomădat cu *after-shave*, având

În mintea lui nişte planuri. Când a apărut, Sorana avea în mână o sacoşă cu franzele şi i-a spus cam răstit: „Hai, zi mai repede ce vrei, că mă grăbesc!” Toate planurile lui Radu s-au dus naibii într-o secundă. Măcar florile trebuia să i le dea, aşa că i-a răspuns la fel de operativ: „Ţi-am adus nişte flori...” Sorana a făcut o grimasă care a transformat-o dintr-odată într-o persoană foarte diferită de îngerul pe care-l zărise Radu în urmă cu câteva seri: „Mie? Ha, ha, ha!” îngrozit, Radu s-a dus acasă, după ce a plasat buchetul de flori într-o ghenă, ca să nu râdă cei de-acasă de el. Nu ştia că şi Sorana venise la întâlnire tot parfumată, tot cu inima bătând puternic. Doar atât: că la Sorana acasă părinţii ei nu se sărută, iar când au ceva emoţional de comunicat, au parte de imperative „tandre”, precum: „Zi mai repede, că mă grăbesc!”

Familia din care provine

După cum se vede, doi oameni care sunt pe cale să întemeieze un cuplu pot proveni din medii familiale foarte diferite. În familia sa, partenerul tău a petrecut mai mult de o duzină de ani şi s-a obişnuit cu lucruri pe care uneori cu greu le poţi accepta. Poate că la ei acasă nu se trage apa la toaletă, poate că pâinea este ţinută într-o pungă după frigider, poate că tatăl vrea să fie muşcat de ureche

în fiecare zi, iar mama face crize de isterie pentru a putea merge la coafor... Tot din familie mai provin şi cele două concepţii majore pe care le aduc cei doi la întemeierea cuplului: concepţia despre femeie şi cea despre bărbat.

Anturajul care l-a influenţat

Procesul de dobândire a identităţii sexuale se desfăşoară în bună parte prin comparaţie cu cei de aceeaşi vârstă. De aceea, prietenul sau prietena ta vine la întâlnire purtând cu sine părerea celorlalţi despre propria persoană. De multe ori, e vorba de un complex de inferioritate, alteori partenerul se simte obligat să facă cu tine ce-a făcut cel mai bun prieten cu prietena lui... Pentru a te lămuri cu privire la influenţă pe care o are anturajul asupra partenerului tău, e suficient să observi dacă manifestă diferenţe de comportament între momentele în care este doar cu tine şi cele în care sunt de faţă şi prietenii lui.

E nebun şi gata!

Dar de multe ori nu influenţele familiei sau ale anturajului, ci urmele unei boli sunt cele care produc o bizarerie în comportamentul iubitului sau iubitei tale. Ar fi în interesul tău (dar şi al lui) să afli dacă în acele momente se poartă ciudat pentru că aşa vrea sau pentru că nu se poate altfel (v. *Nebun de iubire*, vol. I). De aceea, încearcă să observi dacă în faptele sale se manifestă cumva unele semne de boală precum:

1. *Beţia patologică*. După nici două pahare de băutură alcoolică, prietenul tău se schimbă brusc, devenind foarte violent şi părând că nu-şi poate controla comportamentul.

2. *Criza de isterie*. Mai ales în prezenţa unor martori, prietena ta îşi exprimă spectaculos supărarea pe care o are faţă de tine, din arsenalul ei făcând parte şi „stările de rău” care necesită o grijă deosebită.

3. *Tentativa de suicid*. Demonstrativă sau nu, ea se

poate repeta şi nu poţi şti cu exactitate când va reuşi.

4. *Tulburarea de personalitate*. Partenerul tău are diverse vicii sau comportamente nedorite, pe care promite să le schimbe, dar niciodată nu se ţine de cuvânt.

Cele mai obişnuite manifestări neobişnuite

Iată câteva atitudini pe care le-ar putea adopta prietenul sau prietena ta fără să aibă conştiinţa faptului că, pentru tine, toate acestea sunt ciudăţenii:

Tace. Ai fi surprins să afli cât de multe sunt persoanele care manifestă această discretă tulburare de exprimare verbală, numită *dislexie*. Din cauza ei, partenera ta se poate exprima în cuvinte cu atât mai greu, cu cât mesajul ei este mai încărcat emoţional. Şi mai trist este că această dificultate de

exprimare dă impresia că acea persoană nu e prea inteligentă, deşi nu este aşa. Faţă de o persoană cu dislexie trebuie să ai răbdare, găsind totodată un limbaj alternativ prin care să comunici cu ea (de exemplu, limbajul gesturilor simbolice, limbajul matematic, desenul, muzica sau atât de frumosul „ghicit al gândurilor”).

Nu vrea să fie atinsă. „Eşti cam sălbatică”, i se reproşează adesea fetei care nu suportă să fie atinsă nici măcar de către iubitul ei. După cum ai aflat deja din primul volum al acestor *Lecţii particulare* (v. *Atingerea*), fiecare om are zone care produc plăcere la atingere şi zone pe care le fereşte de orice atingere. Totodată, obiceiul de a atinge copiii în toate felurile poate lipsi din familia prietenei tale, ducând la concepţia că orice atingere este o perversiune. Ai putea începe prin a o încuraja pe ea să te atingă prima.

Loveşte. Atunci când un băiat se poartă cu prietena lui ca şi cum ar fi un partener de box sau karate, nu o face neapărat pentru că are o proastă creştere, ci pentru că vrea să-şi demonstreze nemijlocit capacitatea de a învinge.

De aceea, prietena lui ar trebui să-i solicite astfel de demonstraţii în alte situaţii, mai potrivite etalărilor de forţă. La rândul ei, manifestându-se violent, fata pune adesea în aplicare un vechi mecanism de stimulare a masculului, prin care furia lui se transformă în energie sexuală. Pentru a evita această violenţă feminină, „masculul” trebuie nu să fie moale, ci să demonstreze că nu are nevoie de stimuli.

Vorbeşte vulgar. Dacă facem o incursiune pe teritoriul jargonului şi al argoului, vom vedea că aceste forme de exprimare le sunt necesare tinerilor în mecanismul de delimitare în grupuri din ce în ce mai mici, până când devine iminentă constituirea cuplurilor. În faţa partenerei de cuplu, vorbirea vulgară a băiatului este şi ea o formă de stimulare, sau mai precis una de autostimulare. Pentru a-l face să renunţe la ea, trebuie să-i încurajezi o altă formă de stimulare, cum ar fi cea de natură fizică, sau chiar... erotică. Dă-i, prin urmare, un sărut ori de câte ori vorbeşte frumos şi apreciază-i bunele maniere, oricât de sumare ar fi ele.

Schimbarea de sex

Identitatea este o chestiune de intimitate şi recunoaştere. Cu alte cuvinte, identitatea se pregăteşte în secret şi se manifestă în public, ea fiind punctul-cheie al dezvoltării unui individ. Aşa se face că un băiat care vrea să fie fată va petrece nopţi în şir elaborându-şi noua identitate de care are nevoie, urmând ca într-o mult aşteptată zi să apară în faţa celorlalţi ca fată în toată regula. Dar să intrăm puţin în această intimitate...

Tentaţia deghizării

Băiete, ai încercat vreodată să-ţi pui o pereche de ştrampi? E foarte dificil, constaţi că ai nevoie de mâini de femeie, picioare fine şi, mai presus de toate, simţi nevoia

de a fi frumoasă cu orice preţ… După ce i-ai tras pe picior, ai o senzaţie de mângâiere care pe băiat îl enervează, iar pe fată o protejează. Poate că ţie îţi provoacă o senzaţie de bizarerie inutilă, dar pe unii băieţi această tentaţie îi atrage aşa cum atrage sudul păsările migratoare, fără să ştie prea clar de ce. Deghizându-se în femeie, el nu are senzaţia că pătrunde în tărâmul celuilalt sex, ci simte o exaltare, o nevoie irezistibilă de a continua. Tot aşa simte şi fata care ia în serios deghizarea în bărbat, îmbrăcându-se astfel încât ceilalţi să nu-i mai ghicească feminitatea. Acest tip de comportament manifestat prin deghizare se numeşte *transvestism*. De ce apare el? Psihologii cred că există cel puţin trei motive:

— Excitarea sexuală. Adesea, transvestiţii se îmbracă în hainele unor fete pe care le cunosc, ceea ce sugerează un oarecare fetişism (v. *Despre fetişism*);

— Eliberarea de constrângerile sexului social. Unii băieţi care se deghizează în femei simt de fapt nevoia să exprime emoţii sau chiar să facă mişcări graţioase, care doar femeilor le sunt acceptate. Tot din acest motiv, majoritatea băieţilor doresc să aibă la dispoziţie cât mai multe mijloace de a deveni atrăgători;

dorinţa de teatralism. Mai ales dacă are un temperament histrionic, transsexualul simte o mare plăcere jucând teatru şi deghizându-se în rolul altei persoane, mai ales de sex opus.

Transsexualism

După cum ştiţi deja (v. *Între sexele unei persoane*, vol. I), omul are un sex genetic, unul biologic, unul psihologic şi unul social. Când sexul psihologic se dovedeşte a fi feminin, cu toate că celelalte sunt masculine, acel băiat va încerca să modifice cât mai multe dintre aparenţele care-l definesc, astfel încât să devină fată. îmbrăcându-se ca o fată şi comportându-se ca atare, el poate interveni relativ uşor în domeniul sexului său

social, dar cu greu poate interveni asupra sexului biologic, apelând la operaţii chirurgicale şi intervenţii hormonale. Cât despre modificarea sexului genetic, nicio speranţă. Deocamdată! Ei bine, toate aceste tentative de schimbare a sexului se ascund sub termenul de transsexualism.

Întâlnirea cu cel deghizat

De câte ori întâlneşti pe cineva deghizat, simţi imperios nevoia să-l demaşti. Dacă el însuşi se demască, simţi că ai fost trădat şi ai o reacţie mai mult sau mai puţin furioasă. Bănuind toate acestea, travestitul nu-şi trădează adevărata identitate. De multe ori se întâmplă ca, fiind la începutul „carierei” sale, el să se deghizeze imperfect sau să manifeste o discrepanţă între vestimentaţie şi maniere, care nu sunt încă ale celuilalt sex. Aceste stângăcii sunt repede sancţionate de către ceilalţi, care îl etichetează drept caraghios. Nimic din ceea ce încearcă el să facă sub noua identitate nu este luat în serios. Ba, mai mult decât atât, aceiaşi oameni care îl desconsideră îşi propun cu obstinaţie să-l convingă pe travestit, dar mai ales pe transsexual să renunţe la „ideea” de a trece la celălalt sex. Acum câţiva ani am asistat la una dintre cele mai dureroase scene, pe parcursul căreia un „sobor” de medici psihiatri se străduiau să convingă un transsexual să renunţe la ceea ce pentru el era o nevoie esenţială şi nu un moft: dorinţa de a-şi găsi identitatea sexuală.

Spectacol cu expoziţie

Orice animal doreşte să-şi protejeze organele genitale de intervenţia altuia, căci în felul acesta protejează una dintre raţiunile existenţei sale, aceea de a se reproduce. Dar când vine vorba despre un posibil partener sexual, se schimbă situaţia: organele genitale devin tot mai importante şi pot fi chiar expuse pentru a stimula comportamentul sexual al celuilalt, mai ales că

unele secreţii din zona lor pot acţiona ca feromoni. Dar omul şi-a făcut un titlu de onoare din capacitatea lui de a se deosebi de animale; expunerea organelor genitale în faţa unui străin este o mare insultă. Să vedem de ce…

Băieţii din tufişuri

Ajungând la vârsta considerată ca fiind cea mai predispusă la masturbare, adică la adolescenţă, tinerii recurg uneori la scenarii cu personaje pentru a obţine unele satisfacţii erotice. A te masturba cu gândul la cea mai tânără profesoară din liceu pare a fi oarecum legitim… Dar unii tineri găsesc de cuviinţă să aibă un contact real cu partenera mult visată, aşa că ajung să se masturbeze în timp ce o privesc de la o oarecare distanţă pe profesoara cea tânără sau pe oricare altă femeie care s-ar potrivi reveriilor erotice pe care le au. Unii spun că un astfel de comportament se încadrează în deviaţia sexuală numită exhibiţionism. În realitate, nu este chiar aşa. Exhibiţionist este cel care obţine plăcerea sexuală din simpla expunere a zonei sale genitale. Spre deosebire de el, băieţii din tufişuri îşi ascund cu destulă pudoare sexul în timp ce se masturbează şi nu doresc atât de mult să fie văzuţi, cât să-şi vadă ei „partenera", pentru a-şi concretiza câtuşi de puţin scenariul.

Dar şi fetele se arată…

Se crede că numai băieţii au tendinţe exhibiţioniste. În schimb, se vorbeşte foarte puţin despre exhibiţionismul fetelor: despre fata care se dezbracă şi lasă să se vadă prin perdea ceva din trupul ei, despre fata care face duş şi abia aşteaptă să intre cineva din greşeală. Sau despre fata care face dragoste şi (o fantasmă teribil de interesantă) se uită peste umărul partenerului ei ca să vadă fotografia altuia, sau chiar se aşteaptă să intre alt băiat pe uşă. Se consideră eronat că, expunându-şi cu plăcere zonele intime, doar bărbaţii sunt exhibiţionişti; în schimb, fetele care îşi expun dinadins zonele cu semnificaţie erotică în

public sunt considerate „extrem de atrăgătoare”...

Sunt nudiştii exhibiţionişti?

Ocaziile cu care nudul se iveşte în viaţa noastră sunt foarte diferite astăzi faţă de trecut. Deşi oamenii îşi acoperă corpul din ce în ce mai puţin, ei se dezbracă din ce în ce mai greu. Majoritatea pacienţilor mei îmi mărturisesc că le e imposibil să doarmă goi în propriul aşternut. Poate de aceea, atunci când văd la mare o persoană dezbrăcată complet, se simt scandalizaţi. Se pare că, atunci când te expui gol în faţa cuiva, faci un atentat la pudoarea acelei persoane. Dar pudoarea este o expresie a vulnerabilităţii. De aici poţi deduce că practica nudismului este o tentativă de echilibrare, atâta timp cât ceilalţi nu devin vulnerabili în faţa ta din cauza aceasta.

Voyeurismul

O satisfacţie deosebită poate veni, pentru unii oameni, şi din privirile aruncate asupra altor persoane care fac sex. Din nou mă simt nevoit să menţionez că unii băieţi (chiar şi unele fete), care ajung din întâmplare să-i vadă pe alţii făcând dragoste, se pot masturba pe acest fond. Acest mecanism funcţionează şi în cazul vizionării filmelor cu tematică erotică, prin intermediul empatiei: cel care priveşte se transpune în rolul unuia dintre cei care fac dragoste. Voyeurismul adevărat este acea tulburare sexuală manifestată prin dobândirea plăcerii sexuale exclusiv din vizionarea unui act sexual trăit de alţii.

J

La rândul ei, *scoptofilia* este acea satisfacţie erotică obţinută prin simpla privire a zonelor genitale ale altcuiva. Din nou, este destul de răspândit obiceiul băieţilor de a privi sânii sau picioarele fetelor necunoscute, aşa cum destule fete se uită pe furiş la fesele unor trecători, fără ca un astfel de comportament să fie scoptofilic.

Portretul voyeuristului

Un voyeurist este de cele mai multe ori un bărbat necăsătorit, provenind dintr-o familie în care el a jucat rolul celui mai mic dintre copii, având relaţii bune cu părinţii, dar slabe legături cu sora lui şi cu cei de aceeaşi vârstă. Cu toate că are senzaţii deosebite privind sexul altora şi dă astfel impresia că ar fi obsedat sexual, voyeuristul sau scoptofilicul nu este periculos decât în două împrejurări:

— Atunci când pătrunde în spaţiul intim al persoanei privite;

— Atunci când, în loc să privească de la distanţă, încearcă să atragă atenţia „victimei” că este privită.

Froteurul anonim

Călătorind în autobuz, metrou sau tren, cui nu i s-a întâmplat să asiste la o scenă discretă de froteurism? Un tip vine din spatele unei ţipe şi, profitând de înghesuială, se freacă de ea pentru a obţine o plăcere. De multe ori, fata nu-şi dă seama de semnificaţia întâmplării, dar simte prin haine ceva care seamănă cu un sex în erecţie. Dacă are măcar o idee despre acel corp dur, se retrage speriată, aruncând cel mult o privire duşmănoasă froteurului anonim.

Aiurea-n tramvai

Mă gândesc cu nostalgie la vremurile când pe un cal nu încăpeau decât cel mult doi inşi. Nici vorbă de înghesuiala pe care o întâlneşti astăzi prin tramvaie, acolo unde se desfăşoară froteurismul. Dar nu numai înghesuiala este propice froteurismului, ci şi anomia. Faptul că, dintr-o mulţime de oameni, poţi fi ales sau alege fără ca celălalt să-ţi fie prea bine cunoscut este un lucru banal pentru omul de azi. Iar el apare mai ales acolo unde sunt mult prea mulţi oameni. Froteurul caută aceste împrejurări, aşteptând să vină ora de vârf şi tramvaiul cel mai aglomerat. El îşi fixează încă din staţie potenţială

„parteneră” şi se plasează în imediata ei apropiere.

„Şi ea îşi doreşte” Cam aşa îşi spune în sinea lui froteurul, apropiindu-se de „victima” sa. Fiecare mişcare întâmplătoare pe care o face aceasta este interpretată drept o dovadă incontestabilă a dorinţei ei de a avea de-a face cu el. Froteurul crede chiar că fata respectivă se aşază mai bine, într-o poziţie similară uneia sexuale. Şi mai interesant este că, înţelegând ce se întâmplă, fata se înroşeşte, respiră greu şi chiar transpiră, dând semne de nelinişte pe care froteurul le interpretează drept excitaţie sexuală.

Ce-ar trebui să facă ea?

Ar putea să protesteze gălăgios, atrăgând atenţia întregii lumi asupra agresorului. El va nega faptul că s-a frecat de domnişoara X. Unele fete cred că, dacă ar face scandal, froteurul ar deveni agresiv, dar în realitate rareori se întâmplă acest lucru.

Cel mai important este ca fata să exprime non-verbal un NU cât mai clar. Pentru aceasta, ea trebuie să-şi privească agresorul în faţă, arătând că nici nu simte vreo plăcere, nici nu-i este frică faţă de intenţiile lui. Un alt gest ar fi ca, în loc să facă public incidentul, să solicite ajutorul altui bărbat din preajmă, care ar putea fi onorat să-i ia apărarea. Dar dacă şi el este froteur? într-un studiu elaborat în 1991, 35% dintre studenţii unui colegiu american recunoşteau că s-au frecat măcar o dată de o femeie în locuri aglomerate...

Lesbianism şi tribadism

Aşa cum fetele consideră că un băiat drăguţ care se masturbează face o risipă inutilă de erotism, tot aşa un băiat ar putea spune că două fete care fac dragoste sunt ceva fără sens. „Mai bine ar face amândouă sex cu mine, decât să se frece una de alta”, ar putea spune un băiat

despre lesbiene.

Pe insula Lesbos

Cum majoritatea denumirilor ciudate îşi au originea în Antichitate, şi lesbienele trebuiau să aibă un corespondent în vremurile acelea. Sapho era o poetă care trăia pe insula Lesbos. Pentru că atât poeziile poetei Sapho, cât şi bârfele despre ea vorbesc despre relaţia erotică dintre femei, această practică a fost denumită lesbianism sau safism. Freud şi discipolii săi credeau că o fată are toate şansele de a ajunge lesbiană dacă nu va reuşi să se identifice cu mama ei, după cum un băiat va ajunge *gay* dacă nu se va identifica cu tatăl lui. La rândul lui, psihologul Michael Storm arată că fetele pot ajunge să prefere lesbianismul dacă, pe la 12 ani, nu reuşesc să-şi mute atenţia de la prietenele lor către băieţii pe care până atunci îi dispreţuiau.

Activă şi pasivă

Oamenii îi împart pe bărbaţii care fac sex cu alţi bărbaţi în două categorii: activi şi pasivi. Bărbatul care este penetrat anal e considerat efeminat, spunându-se cu ură despre el că e homosexual. Cel care penetrează este considerat în multe ţări, mai ales cele de limbă latină, un bărbat aproape normal, ba chiar mai viril ca alţii. Când vine vorba de lesbiene, oamenii îşi închipuie că una trebuie să fie mai „bărbată” şi alta foarte feminină. De fapt, ele relatează adesea că dragostea cu o altă femeie este un preludiu perpetuu, scutit de spectrul penetrării. Atunci când un cuplu de lesbiene apelează la penetrare, ele o fac ca pe o prelungire firească a excitaţiei obţinute prin tandreţe, şi atunci apelează la dil-do-uri, vibratoare sau la propriile degete.

Frecarea trupurilor Tribadismul, sau frecarea trupurilor, este cea mai frecventă tehnică sexuală a lesbienelor. Ele se apropie strâns, apoi mimează mişcările unui act heterosexual, adăugând elemente proprii, cum ar

fi întrepătrunderea coapselor, astfel încât clitorisul să fie atins din ambele părţi. Un alt deliciu încercat de lesbiene este stimularea sfârcurilor partenerei, care poate duce uneori până la orgasm.

Amazoanele, fără sân

Amazoanele erau o populaţie mitologică a Greciei antice, formată din femei războinice, care excludeau bărbaţii din comunitatea lor. Pentru a trage mai uşor cu arcul în timpul luptelor, ele îşi tăiau un sân, de unde li se trage şi denumirea de amazoane (din grecescul *amastos*, însemnând „fără sân”). Băieţii care se năşteau în comunităţile de amazoane erau ucişi sau trimişi taţilor lor. Dar să vedem acum dacă există amazoane în ziua de azi.

Unele fete ajung la concluzia că ele nu aparţin sexului feminin. Fie că s-au născut cu un clitoris mai mare (fals her-mafroditism), fie că nu reuşesc să dobândească suficiente caractere tipic feminine, aceste fete pot prefera schimbul de tandreţe cu alte fete. Ele încep prin a admira de la distanţă o fată mai gracilă, mai şovăielnică sau mai „lipicioasă” din punct de vedere afectiv, ajungând să se folosească de diversele împrejurări rezervate fetelor pentru a o atinge. De aici se poate deduce că între lesbiene se pot contura roluri polarizate: una dintre ele se poartă ca o amazoană, iar cealaltă este infantilă, vulnerabilă, neîncrezătoare în bărbaţi...

Când partenerul nu e om

E cât se poate de ciudat, dar unii oameni ajung foarte greu la semenii lor pentru a face dragoste şi de aceea recurg uneori la parteneri din alte categorii decât cea umană. După cum vei vedea în cele ce urmează, aceşti parteneri alternativi

Lesbianism şi tribadism

Aşa cum fetele consideră că un băiat drăguţ care se

masturbează face o risipă inutilă de erotism, tot aşa un băiat ar putea spune că două fete care fac dragoste sunt ceva fără sens. „Mai bine ar face amândouă sex cu mine, decât să se frece una de alta”, ar putea spune un băiat despre lesbiene.

Pe insula Lesbos

Cum majoritatea denumirilor ciudate îşi au originea în Antichitate, şi lesbienele trebuiau să aibă un corespondent în vremurile acelea. Sapho era o poetă care trăia pe insula Lesbos. Pentru că atât poeziile poetei Sapho, cât şi bârfele despre ea vorbesc despre relaţia erotică dintre femei, această practică a fost denumită lesbianism sau safism. Freud şi discipolii săi credeau că o fată are toate şansele de a ajunge lesbiană dacă nu va reuşi să se identifice cu mama ei, după cum un băiat va ajunge *gay* dacă nu se va identifica cu tatăl lui. La rândul lui, psihologul Michael Storm arată că fetele pot ajunge să prefere lesbianismul dacă, pe la 12 ani, nu reuşesc să-şi mute atenţia de la prietenele lor către băieţii pe care până atunci îi dispreţuiau.

Activă şi pasivă

Oamenii îi împart pe bărbaţii care fac sex cu alţi bărbaţi în două categorii: activi şi pasivi. Bărbatul care este penetrat anal e considerat efeminat, spunându-se cu ură despre el că e homosexual. Cel care penetrează este considerat în multe ţări, mai ales cele de limbă latină, un bărbat aproape normal, ba chiar mai viril ca alţii. Când vine vorba de lesbiene, oamenii îşi închipuie că una trebuie să fie mai „bărbată” şi alta foarte feminină. De fapt, ele relatează adesea că dragostea cu o altă femeie este un preludiu perpetuu, scutit de spectrul penetrării. Atunci când un cuplu de lesbiene apelează la penetrare, ele o fac ca pe o prelungire firească a excitaţiei obţinute prin tandreţe, şi atunci apelează la dil-do-uri, vibratoare sau la propriile degete.

Frecarea trupurilor

Tribadismul, sau frecarea trupurilor, este cea mai frecventă tehnică sexuală a lesbienelor. Ele se apropie strâns, apoi mimează mişcările unui act heterosexual, adăugând elemente proprii, cum ar fi întrepătrunderea coapselor, astfel încât clitorisul să fie atins din ambele părţi. Un alt deliciu încercat de lesbiene este stimularea sfârcurilor partenerei, care poate duce uneori până la orgasm.

Amazoanele, fără sân

Amazoanele erau o populaţie mitologică a Greciei antice, formată din femei războinice, care excludeau bărbaţii din comunitatea lor. Pentru a trage mai uşor cu arcul în timpul luptelor, ele îşi tăiau un sân, de unde li se trage şi denumirea de amazoane (din grecescul *amastos*, însemnând „fără sân”). Băieţii care se năşteau în comunităţile de amazoane erau ucişi sau trimişi taţilor lor. Dar să vedem acum dacă există amazoane în ziua de azi.

Unele fete ajung la concluzia că ele nu aparţin sexului feminin. Fie că s-au născut cu un clitoris mai mare (fals her-mafroditism), fie că nu reuşesc să dobândească suficiente caractere tipic feminine, aceste fete pot prefera schimbul de tandreţe cu alte fete. Ele încep prin a admira de la distanţă o fată mai gracilă, mai şovăielnică sau mai „lipicioasă” din punct de vedere afectiv, ajungând să se folosească de diversele împrejurări rezervate fetelor pentru a o atinge. De aici se poate deduce că între lesbiene se pot contura roluri polarizate: una dintre ele se poartă ca o amazoană, iar cealaltă este infantilă, vulnerabilă, neîncrezătoare în bărbaţi...

Când partenerul nu e om”.

E cât se poate de ciudat, dar unii oameni ojung foarte greu la semenii lor pentru a face dragoste şi de aceea recurg un «ori la parteneri din alte categorii decât «umani. După cum vei vedea în cele ce urmează, ocuşU parteneri

sitofnâlivi

dobândesc o complexitate tot mai mare pe scala posibililor parteneri ai unui om aflat în dezvoltare.

Scala personificării partenerului Bineînţeles, cel mai uşor este să faci dragoste în gând. Apoi ai putea să încerci o acţiune concretă, care să-ţi procure plăcerea sexuală, adică să te masturbezi. Apoi ai putea încerca o apropiere faţă de cineva; „masturbare în tufiş". Apoi poate îţi dă prin minte s-o faci cu o găină, căci e mai puţin pretenţioasă decât o fată, apoi ajungi la obiectele aparţinând persoanei dorite şi, în cele din urmă, ai putea ajunge la însăşi persoana dorită...

Iată că, pe măsură ce se dezvoltă din punct de vedere sexual, un adolescent îi atribuie din ce în ce mai multe caracteristici de persoană partenerului. După cum se poate observa, majoritatea partenerilor enumeraţi mai sus sugerează o aşa-zisă deviaţie sexuală, căci normal este – în opinia celorlalţi – să-ţi începi viaţa sexuală direct cu o fată şi nu cu propriul corp, un obiect sau o altă fiinţă...

Animalul, partener al omului Destul de frecvent în mediul rural, bestialismul este acea tulburare de orientare sexuală datorită căreia un bărbat sau o femeie poate ajunge să prefere, ca partener, un animal în locul unei persoane, chiar dacă are acces la aceasta. Ceea ce merită menţionat aici este că unii băieţi de la sate pot ajunge la un contact sexual cu cele mai dragi animale, fiind cuprinşi mai târziu de un profund sentiment de vinovăţie. Până la urmă se dovedeşte că acea perioadă a vieţii lor era cu totul tranzitorie, deşi vinovăţia rămâne pentru mulţi ani de zile...

Bestialismul se manifestă prin felaţie (animalul e ademenit să lingă sexul persoanei respective), prin contact anal, vaginal, sau folosind diverse alte orificii naturale ale

animalului. În felul acesta, adolescentul care practică bestialismul poate dobândi diverse zoonoze (boli caracteristice speciei respective, dar care pot fi transmise ocazional şi la om).

Despre fetişism

Aşa cum arată scala personificării partenerului, obiectele aparţinând celui cu care ai putea face dragoste pot fi şi ele, cel puţin pentru o vreme, „parteneri sexuali”. Şi aici avem de-a face cu două situaţii în care fetişismul se poate manifesta: ca stadiu al dezvoltării normale, dar ca şi practică sexuală deviantă, atunci când obiectele îi oferă fetişistului mai multă plăcere sexuală decât trupul posesorului lor.

Obiectul impregnat

Pentru un câine, întâlnirea cu planta pe care a urinat o căţea este o adevărată sărbătoare. O miroase cu insistenţă, îi dă ocol, o verifică încă o dată, o marchează cu propriul miros şi se mai întoarce cel puţin o dată la ea. Pentru un om, prezenţa partenerului este mult mai complexă. Când se confruntă cu obiectele acestuia, el ia în considerare mirosul, ideea că au fost atinse de persoana dorită, chiar scenariul participării acelor obiecte la viaţa intimă a partenerului.

Din inventarul fetişistului

Dacă ar fi să facem o clasificare a obiectelor excitante pentru un fetişist, am putea distinge:

1. Un fetişism al materialului din care sunt făcute obiectele partenerului. Acesta poate fi moale, ca mătasea şi blănurile, sau ferm, cum sunt pielea şi cauciucul. Conform declaraţiilor unor „practicanţi”, materialele ferme sunt adesea asociate cu masochismul. Percepţiile erotice ale fetişistului pot ajunge la o mare complexitate; de exemplu, pielea hainelor sau a încălţămintei este excitantă prin textură, culoare, miros specific, la care memoria olfactivă adaugă mirosul persoanei care a purtat-o.

2. Un fetişism al formei obiectului (de exemplu, pantof sau cizmă). Şi aici poate interveni sado-masochismul, căci pentru un masochist, cizma poate deveni un fetiş irezistibil mai ales atunci când o simte deasupra lui, călcându-l.

3.

Acceptarea fetişismului în numeroase scene intime, poţi vedea un băiat sau chiar o fată purtându-se tandru cu obiectul aparţinând persoanei dorite. El este atras de lenjeria ei intimă, ea se mângâie cu perna sau cu tricoul care păstrează impregnat mirosul lui. După cum spuneam mai sus, se considera că este normal ca un tânăr să adore sutienul fetei dorite, dar este mai puţin acceptabil ca el să se masturbeze în prezenţa acestei piese vestimentare sau să pătrundă prin efracţie în casa ei pentru a i-l fura în acest scop... Se pare că preferinţele fetişiste se dobândesc la vârste destul de fragede prin asocierea obiectelor cu plăceri şi eliberarea de tensiuni (precum vinovăţia) în prezenţa obiectelor. Astfel, s-a observat că mulţi bărbaţi care fetişizau obiecte din cauciuc, simţiseră o atracţie către acest material încă de la vârsta de patru ani... Alături de alte atracţii către parteneri nepotriviţi, fetişismul este o *parafilie*. Dar de ce oare mai mult bărbaţii recurg la parafilii? Se crede că datorită nevoii lor de a răspunde unor stimuli sexuali cât mai diverşi.

Despre triolism şi schimbism

Triolismul desemnează preferinţa de a face sex în trei, fie doi băieţi şi o fată, fie două fete şi un băiat. Această tulburare a comportamentului sexual este tot mai frecventă în rândurile tinerilor care au stabilit cupluri de o oarecare durată. La rândul lui, *schimbismul* este acea atitudine sexuală anormală a doua cupluri care fac schimb de parteneri; ea este mult mai rară şi poate fi întâlnită mai

ales la cuplurile care au deja o îndelungată durată de convieţuire.

Doi şi una sau invers

„Am fost fascinată de acel bărbat din prima clipă în care l-am văzut, povesteşte Monica. Ne-am împrietenit repede, făcându-ne confidenţe din ce în ce mai intime, dar în doar două săptămâni m-am transformat într-o fidelă ascultătoare a teoriilor lui cu privire la energiile pozitive şi negative. Ceea ce mă intriga cel mai mult era faptul că dormeam nopţi întregi în acelaşi pat fără să se dea la mine. Numai că într-o zi a mai venit pe la el o fată; l-am ascultat amândouă şi ea l-a sărutat de faţă cu mine. În loc s-o mângâie pe ea, el m-a mângâiat pe mine, apoi mi-a culcat capul în poala lui şi uite-aşa am ajuns să-i fac sex oral, în timp ce fata cealaltă îl săruta de zor. Şi-a dorit foarte mult să ne mângâiem una pe alta pe sâni şi am făcut-o şi pe asta. Mi-a fost cam greu, dar cred că merita”. Această relatare a Monicăi nu şi-ar fi găsit locul aici dacă eu nu mi-aş fi dorit foarte mult ca fetele să înţeleagă faptul că băiatul care solicită un act de triolism sau unul de schimbism face un abuz.

Prietena prietenului

Nu rareori, prietenul iubitului tău se poartă deosebit de atent cu tine. El te consolează atunci când sunteţi certaţi, el este confidentul tău oarecum legitim, căruia-i spui aproape tot, inclusiv detalii erotice, că doar petreceţi destul de mult timp împreună. Dar tot el este acela care, atunci când plângeai după iubitul tău, te lua în braţe şi avea o erecţie… Cu toate acestea, şi el are o prietenă. Într-o seară, ei erau certaţi, iar tu şi cu iubitul tău v-aţi separat, fiecare ocupându-se de prietenul de sex opus. Când v-aţi reunit, fiecare dintre voi tindea să ia apărarea acelui prieten cu care făcuse schimb de confidenţe. Un fel de gelozie reciprocă s-a instalat, căci simţi la partenerul tău un amestec de conspiraţie şi atracţie faţă de cine nu

trebuie. Ei bine, în loc să se certe, unele cupluri recunosc pe faţă o astfel de atracţie încrucişată şi ajung chiar să schimbe între ele partenerii. O astfel de practică, numită schimbism, era destul de răspândită în SUA prin anii ’70, când tinerele familii americane, ajunse la o oarecare stabilitate socială, se împrieteneau intrând în competiţie atât pe plan material, cât şi sexual.

Demnitatea de a fi unic în esenţa lui, triolismul şi chiar schimbismul au ceva comun cu scenele în care doi sau mai mulţi băieţi fac „poştă”.

160 LECŢII PARTICULARE

O fată, situaţie care seamănă mai mult a viol. De ce? Pentru că rareori se întâmplă ca o fată să-şi dorească cu adevărat aşa ceva; dacă acceptă, o face pentru că simte că are un handicap faţă de partenerul ei, pe care nu-l mai poate „mişca” decât cu astfel de delicii. Cauza, conştientă sau nu, a faptului că un băiat solicită o partidă de triolism este tendinţa lui de a alcătui o parteneră din fragmente luate de la diverse femei, a căror identitate nu îl interesează prea mult. Acceptarea unui partener de acelaşi sex într-o situaţie heterosexuală este un act profund nenatural şi exprimă un dezechilibru serios de orientare sexuală. Aproape întotdeauna triolismul, ca şi schimbismul, reprezintă un deliciu pentru cel mult o persoană şi un traumatism pentru cel puţin o altă persoană.

6 Ceva nu merge…

De obicei, eşecul este lăsat la urmă. Dar în viaţa MXU ttui, O MS cunoscut, el este aşezat în faţă. Parcă nicio uM didm HM în *impact mai mare în viaţa adolescentului, căci pentru el a fi iubit înseamnă a fi, iar a putea face dragoste imawmti a putttt* Wli *mm*

Amanţi şi amante.



Deşi oamenii au tendinţa de a o cataloga drept „CVUTVI pe femeia care se culcă pentru bani, cât şi pe C «8 Cânt Mţ; cu un bărbat însurat, nu trebuie făcut nonpfl Mt UA f lism între prostituţie şi adulter. E adevfirfit, RMJQ – litftenţilor unei prostituate sunt bărbaţi casfitorifl, dif f adevărată nu este o prostituată, ci o femeie CIN I] va obţine cândva drepturile exclusive OIUpr» ăldlul şi tu ţi-ai putea dori aşa ceva, nu?

Surpriză: *„El” e însurat*! S-ar putea întâmpla ca, amestecând în sinea ta sexualitatea cu figura tatălui, să simţi un fel de magnetism către bărbaţii mai în vârstă. Iar peste doar câţiva ani să afirmi cam aşa: „Nu ştiu cum se face, dar mereu nimeresc bărbaţi însuraţi!” Desigur, această situaţie ar putea face parte din categoria: „Orice tip ca lumea are deja pe cineva”. Şi te conduce la febrilitatea tipică fetei care caută verigheta pe degetul unui tip bine. La aflarea veştii că bărbatul pe care-l placi e căsătorit, te poţi simţi zdruncinată şi obligată să împaci iubirea pentru el cu principiile fidelităţii. Sau ai putea să te adaptezi rapid la acest detaliu, ignorând-o pe soţia iubitului tău. Şi acum urmează întrebarea: e bine să iubeşti un bărbat însurat?

Iar dacă ţi-aş răspunde că „nu”, ai ţine cont de răspunsul meu? Probabil că nu... Dacă îţi faci iluzia că el va divorţa de nevasta lui pentru a trăi cu tine, află că sunt doar vreo două motive pentru care un bărbat ar face aşa ceva:

— Îşi doreşte să facă din tine o femeie aşa cum îi

place lui, iar asta presupune renunţarea la afirmarea personalităţii tale şi conformarea cu ideile lui despre femeie;

— Are nevoie de o nouă mamă, puternică, dotată cu spirit de sacrificiu, a cărei sexualitate să fie neglijabilă.

Să fii cu o femeie măritată

Atunci când se hotărăsc să devină amanţi, unii băieţi pornesc de la ideea că o femeie măritată este mai bună decât o fată pentru că în mod sigur ea nu face nazuri când vine vorba de sex, dar şi pentru că pot pune în aplicare împreună cu ea o conspiraţie împotriva bărbatului ei. Să fii mai performant din punct de vedere sexual decât partenerul legitim – iată o fantasmă veche pe care mai toţi bărbaţii o poartă în sine încă din copilărie, cel puţin aşa spun psihanaliştii. Şi iarăşi se iveşte întrebarea: merită să umbli cu o femeie căsătorită? Răspunsul este din nou „Nu”. Ba chiar acest răspuns ar fi „Categoric nu!” în situaţia descrisă mai jos.

Atunci când soţul ţi-e cunoscut

Bărbaţii au un cod al bunelor maniere care reglementează relaţiile dintre ei mai ales când e vorba de femei. Doi prieteni îşi vor salva prietenia atunci când iubesc aceeaşi femeie şi discută deschis hotărând care dintre ei să rămână cu ea. Tot aşa, când ai dat mâna cu un bărbat însurat, i-ai promis mai mult sau mai puţin conştient că nu te vei atinge de femeia lui. De aceea, este deosebit de important să nu ai o relaţie amoroasă cu o femeie al cărei soţ ţi-e cunoscut. Consecinţele acestei relaţii ar veni atât din sfera vinovăţiei resimţite faţă de acel bărbat, cât şi din răzbunarea pe care o va pune acesta în practică, ştiindu-se trădat de un cunoscut. Şi ar mai fi ceva: cunoaşterea directă a celui legitim este capa

bilă să producă un complex de inferioritate sexuală

faţă de el chiar şi peste ani, datorită conştientizării faptului că femeia care este acum cu tine a fost mai întâi a aceluia şi a detaliilor cunoscute despre viaţa lor intimă, care te macină.

Când amanta e înşelată…

Dacă pentru amant e greu de acceptat ideea că cel legitim a fost înaintea sa, în schimb pentru amantă este greu de acceptat că şi ea poate fi înşelată. Multe amante tinere se simt trădate dacă amantul lor se mai culcă uneori cu soţia lui. Iar dacă se dovedeşte că el mai are încă o amantă, atunci e dramatic… De aceea, mă văd nevoit să dau câteva sfaturi acelei persoane care simte că ar putea fi înşelată:

1. Fii imprevizibilă! Dacă prietenul tău ştie dinainte ce vei face mâine, atunci va fi predispus să te înşele.

2. Încearcă să faci mici trucuri „paranormale” de genul premoniţiei sau al telepatiei, aşa cum obişnuia mama lui să facă atunci când voia să-l prindă cu o minciună.

3. N-o critica pe cea cu care te-ar putea înşela. Ba, dimpotrivă, laud-o şi vei vedea că tocmai el este acela care o critică în mod forţat în faţa ta, dar niciodată de faţă cu ea.

Ejacularea precoce – Un adevărat flagel al bărbaţilor, ejacularea precoce e în stare să strice atât stima de sine, cât şi viaţa de cuplu a celui afectat de ea. Pentru numeroşi bărbaţi, nu e nimic mai penibil decât să constate că „au terminat” înainte ca partenera lor să aibă cea mai mică plăcere sexuală. Şi toată această „tragedie” se petrece din cauza decalajelor de dinamică sexuală dintre cei doi parteneri.

Graba strică „treaba”.

Tipică pentru băiatul care face sex pentru prima dată, după o îndelungată abstinenţă, este aşa-numita *ejaculare anteportas*. Excitat la culme de preludiu, dar mai ales de aşteptările lui fierbinţi, băiatul se grăbeşte să facă

în sfârşit gestul absolut al penetrării. Şi... ce să vezi? Ejacularea se produce exact în momentul în care sexul lui se află în faţa sexului ei, gata de a începe partida... De aici şi denumirea de ejaculare „în faţa intrării”. Acest tip de tulburare arată faptul că timpul sexual al băiatului se condensează atât de tare, încât cea mai mare parte a actului sexual se desfăşoară accelerat în mintea lui, astfel încât momentul atingerii partenerei devine momentul orgasmului său. Ar fi mult mai bine dacă acest băiat s-ar ocupa mai degrabă de senzaţiile partenerei decât de gândul penetrării.

Cu cine ai ejaculare precoce?

După cum menţionam mai sus, în primul rând cu prima parteneră. O altă situaţie frecventă este cea a bărbatului de treizeci de ani, cu serviciu solicitant, care se întoarce acasă obosit. El găseşte acolo o soţie care a deprins majoritatea plăcerilor şi a fanteziilor sexuale, devenind astfel o mare doritoare de orgasm. El ştie că e nevoie de ceva timp pentru a obţine orgasmul ei şi tocmai acest gând îl face să se precipite. Unii bărbaţi spun că au ejaculare precoce mai ales cu femeile nou ivite în patul lor, în timp ce cu cea legitimă nu au mai niciodată. Din nou, se poate spune că aceasta este o chestiune care depinde de timpul acordat partenerei, căci cu cea legitimă îţi permiţi să petreci zile întregi în pat, în timp ce cu cea nouă e o chestiune de minute.

Cunoaşte-ţi sexualitatea altfel!

Aşa cum ai văzut deja (v. *Genitalizarea*, vol. I), una dintre etapele de dezvoltare a persoanelor sexual active este afirmarea zonei genitale în cadrul schemei corporale. Atât în cazul erecţiei insuficiente, cât şi în cel al ejaculării precoce, bărbatul tinde să acorde o atenţie prea mare propriului sex: îl măsoară, îl verifică, îl poartă în gând la fiecare mişcare sexuală. Nu e nimic mai dăunător decât să te gândeşti la penisul tău în timp ce faci dragoste cu

prietena ta. Mai bine

ai face să te gândeşti la el în momentele cele mai relaxate, observând ce părţi ale lui declanşează ejacularea. Cea mai sensibilă parte a penisului este glandul, acea cupolă roz de la vârf, ca o pălărie de ciupercă, numită popular „cap”. Încă dinainte de actul sexual, glandul poate fi iritat de diversele secreţii care se adună în şanţul de la baza lui, ceea ce face ca excitarea să fie mult mai rapidă. Concluzia? Ar trebui să te speli mai des... Următoarea parte sensibilă a penisului este faţa ventrală; ea este mai moale, găzduieşte uretra şi câteva vase de sânge mai mari, ceea ce o face mai fragilă. Atunci când această faţă este frecată insistent de părţile tari ale partenerei (cum ar fi pantalonii ei, osul pubian etc.) uretra se irită şi ejacularea se precipită. Cea mai puţin sensibilă este partea dorsală, cea dinspre abdomen. Cu cât este mai aproape de rădăcină, cu atât o atingere a acestei feţe este mai puţin excitantă. De aceea, pentru frecarea din timpul actului sexual e bine să fie folosită preponderent această parte – mai ales că ea este cea care este situată spre clitorisul partenerei –, obţinându-se astfel o mai redusă excitare a lui şi o mai puternică excitare a ei...

Terapii şi secrete

Să ne lămurim: ejacularea precoce nu este o boală, ci o tulburare pe deplin reversibilă. Din moment ce ea constă într-o precipitare a plăcerii, înseamnă că cel mai bun remediu împotriva ei este principiul amânării. În virtutea acestui principiu ai învăţat să faci la oliţă, să stai cuminte în bancă şi să aduni mai mulţi bani ca să-ţi cumperi o bicicletă. Pe acelaşi principiu se bazează şi terapia imaginată de sexologii americani Masters şi Johnson pentru tratarea ejaculării precoce.

Pentru a avea succes într-un procent de peste 90%,

această terapie trebuie să implice ambii parteneri şi să se desfăşoare disciplinat. Se începe prin sesiuni sexuale în care ea îl stimulează pe el cu mâna sau oral (în funcţie de preferinţele cuplului), până când el simte că se apropie ejacularea, moment în care îi dă de înţeles să se oprească; atunci ea trebuie să strângă ferm penisul de sub gland, până când senzaţia de ejaculare iminentă dispare complet. Această metodă se numeşte în engleză *squeezing therapy*... Atenţie: oprirea stimulării trebuie să se producă din timp, astfel încât să nu apuce să se instaleze deja primele contracţii de ejaculare! Se continuă aşa vreme de cel puţin trei săptămâni.

Apoi se trece la etapa a doua, în care se poate face dragoste, dar numai în poziţia în care ea stă deasupra. Din nou, el spune când îi vine să termine, ea se opreşte şi repetă procedura din prima etapă. Se poate observa deja că timpul scurs de la începutul stimulării până la apariţia senzaţiei de ejaculare iminentă este tot mai lung. Se continuă aşa vreme de alte trei săptămâni. De-abia după această etapă se poate trece la cea finală, în care El stă deasupra, devenind în sfârşit parte activă; se procedează la fel, retrăgând penisul atunci când apare senzaţia de ejaculare şi strângându-l de sub gland. Terapia încetează de obicei după trei săptămâni pentru că cei doi parteneri sunt mulţumiţi de durata actului sexual...

Alte şiretlicuri

Unii băieţi preferă să aplice această terapie singuri, în cadrul sesiunilor de masturbare. O astfel de metodă are un efect limitat, mai ales din cauza faptului că nu reprezintă o situaţie sexuală reală, cu o parteneră solicitantă, având mişcări proprii.

Unii medici se grăbesc la rândul lor să-şi ajute pacientul folosind metode cât mai simple şi îi recomandă tot felul de geluri şi spray-uri conţinând anestezice locale. Aplicat pe un penis în erecţie, un astfel de preparat

diminuează sensibilitatea superficială, făcând ca orgasmul bărbatului să survină mai târziu. Numai că e destul de penibil să te pregăteşti astfel pentru sex, ca să nu mai vorbim de dependenţa psihologică pe care o poţi dobândi faţă de această metodă.

Tot un efect de reducere a sensibilităţii locale îl are şi recomandarea ca băiatul să poarte penisul decalotat, adică neacoperit de piele. Acest mic secret este menit să supună părţile cele mai sensibile ale sexului său unui contact pre

lungit cu lenjeria de corp, care trebuie să fie neapărat curată...

Dar poate cel mai important secret împotriva ejaculării precoce este cel legat de relaţia cu partenera. Dacă vei şti să acorzi atenţie persoanei şi nu sexului ei, dacă vei şti s-o priveşti în ochi, în loc să te gândeşti la sexul tău cu ochii închişi, şi vei adopta un ritm lent, unduios şi nu unul sportiv, precipitat, atunci va fi bine...

Impotenţa

Ţi-a trecut cumva prin cap că eşti impotent? Dar oare ştii cu adevărat ce este impotenţa? Numeroşi băieţi consideră că au ajuns la impotenţă pentru simplul fapt că nu mai ating aceleaşi performanţe ca cele din urmă cu un an, iar când merg la un terapeut îi cer acestuia să le „repare” potenţa făcând-o „aşa cum a fost”.

Să ne înţelegem: fiecare fază a dezvoltării sexuale masculine îşi are potenţa ei. Un bărbat căsătorit are o cu totul altă frecvenţă a actelor sexuale decât un adolescent, iar erecţia lui este cu totul diferită de a acestuia. Când survine cu adevărat, impotenţa se manifestă prin incapacitatea unui bărbat de a întreţine un act sexual.

Verbul „a putea”.

Acesta este cuvântul de căpătâi al bărbaţilor. Vrei să-i faci un compliment unui bărbat? Spune-i că poate. Vrei să

provoci un bărbat la bătaie? Spune-i că nu poate. Ba, pentru ca lucrurile să fie şi mai delicate, un bărbat nu poate oricum, ci prin intermediul unui „instrument”… încă de mic, băiatul devine deosebit de interesat de maşini, calculatoare etc, iar dacă „instrumentul” îl lasă baltă, el devine demn de milă.

Impotent sau infertil?

Trebuie neapărat să facem distincţie între impotenţă şi infertilitate, căci prea des auzim fraza: „N-are copii, că e impotent”. Impotent eşti atunci când aparatul tău genital nu produce suficientă erecţie astfel încât să poţi întreţine un act sexual clasic. Infertil eşti atunci când aparatul tău genital nu produce sperma necesară unei fecundări. Această situaţie nefericită are loc atunci când testiculele şi căile spermatice nu sunt dezvoltate suficient sau au fost lezate în vreun fel. De aici poţi deduce că un testicul sănătos este suficient pentru a putea avea atât copii cât şi pentru a avea o activitate sexuală normală. Pentru a şti exact cum stau lucrurile cu fertilitatea ta, poţi face o spermogramă, adică o analiză din care medicul endocrinolog află câţi spermatozoizi ai într-un mililitru de spermă, cât de mobili sunt ei şi ce alte calităţi mai are sperma ta…

Ce poţi face pentru potenţa ta? Funcţia erectilă a unui bărbat depinde de o serie de aspecte ale sănătăţii sale, precum:

— Un sistem nervos integru, mai ales în zona sacrală a mă-duvei spinării;

— Un aparat circulator sănătos, mai ales în regiunea arterelor din zona pelviană;

— Un metabolism bun, mai ales ferit de diabet şi alcoolism;

— O viaţă fără droguri şi medicamente sedative.

În ceea ce priveşte masturbarea, ea nu afectează funcţia erectilă decât dacă este practicată în exces (de

exemplu, de mai multe ori pe zi).

Disfuncţia erectilă

Jumătate dintre bărbaţii aflaţi sub vârsta de 40 de ani au păţit-o măcar o dată, fie la începutul primului contact sexual, fie când se aşteptau mai puţin. De altfel, ca să poţi spune că ai o disfuncţie erectilă, trebuie să ratezi din cauza pierderii erecţiei mai mult de un sfert din tentativele de a face sex. Ca şi în cazul disfuncţiei orgasmice, disfuncţia erectilă poate fi:

primară, prezentă încă de la începutul vieţii sexuale;

— Secundară, dobândită în urma unor situaţii care afectează masiv capacitatea erectilă;

— Circumstanţială, prezentă numai în anumite situaţii.

Mai puţin de jumătate dintre cazurile de disfuncţie erectilă sunt cauzate de o boală somatică, iar celelalte au cauze de natură psihologică. Pentru a se convinge că nu le-a scăzut potenţa, mulţi băieţi „se verifică” zilnic prin masturbare. Dragi băieţi, nu este necesar; dacă aveţi vreo bănuială în privinţa capacităţii voastre somatice de a avea erecţii, nu trebuie decât să observaţi dacă aveţi erecţii spontane (reflexe) dimineaţa. Iată câteva metode care pot duce la o îmbunătăţire a erecţiei:

— Abstinenţa (cea mai naturală metodă). E recomandabil să faci o pauză în activitatea sexuală de aproximativ trei săptămâni şi vei vedea cu siguranţă efectele;

— Medicamentele pe bază de nitriţi, cum ar fi viagra, produc de obicei efecte asupra tuturor vaselor de sânge, nu numai a celor situate la nivel genital;

— Strangularea la rădăcină a penisului, prin folosirea inelelor elastice, de exemplu, este o metodă care poate leza atât vasele de sânge, cât şi uretra;

— Relaxarea. Nu uita un lucru: pentru a avea o erecţie nu trebuie să te scremi, ci mai degrabă să te relaxezi!

Sexul la rece

În limba latină, *frigidus* înseamnă rece sau inert. Deoarece termenul de frigiditate este ambiguu, incluzând incapacitatea femeii de a se excita, a avea plăcere sexuală şi a trăi orgasmul, această tulburare a fost denumită ştiinţific disfuncţie sexuală generală a femeii. În ultimele decenii, tulburările de dinamică sexuală ale femeii au devenit tot mai nuanţate, incluzând dispareunia, disfuncţiile orgasmice, ahedoniile etc. În tot acest hăţiş de tulburări sexuale, una mai importantă decât alta, cea care trebuie să pună diagnosticul este femeia, nu partenerul ei sau, în exclusivitate, medicul.

Când o să-ţi vină şi ţie?

Faptul că nu ai orgasme acum nu e o tragedie. Orgasmul nu e un scop în sine; el trebuie să fie doar unul dintre motivele de a face sex, alături de procreere, cunoaştere şi împlinirea iubirii. După părerea majorităţii sexologilor, o femeie tânără are la dispoziţie între trei luni şi trei ani pentru a simţi primul ei orgasm, fără să se spună despre ea că este frigidă. De ce este acest interval de timp atât de larg? Deoarece condiţiile de desfăşurare a vieţii sexuale sunt foarte diferite de la o persoană la alta. Şi în plus, fiecare persoană are nevoie de o anumită perioadă de dezvoltare hedonică.

Ahedonie sexuală

Unii parcurg etapele dezvoltării hedonice într-un ritm mai intens, alţii se feresc o perioadă îndelungată de expunerea la plăceri care depăşesc un anumit prag. Aşa se face că te poate prinde din urmă vârsta sexualităţii fără ca tu să ştii cum se caută o plăcere, cum se gustă ea şi cum trebuie împărtăşită cu celălalt. Astfel, se poate instala un comportament evitant în faţa persoanei cu care ai putea

avea relaţii sexuale şi chiar o lipsă de interes faţă de sexualitate. Ba chiar mai rău, îţi poţi începe şi continua viaţa sexuală fără să ai vreo plăcere, lucru care îl poate determina pe partenerul tău să se creadă nepriceput. În S.U.A., lipsa plăcerii sexuale afectează cam 30% dintre femei şi 16% dintre bărbaţi. Dar poate cea mai răspândită tulburare hedonică a sexualităţii este cea descrisă mai jos...

Decalajul de dorinţă întâi am eu chef, iar tu mă refuzi. Apoi îţi vine ţie, dar nu mai vreau eu. Pare un joc, dar această formă de relaţionare sexuală poate duce la încetarea activităţii sexuale a unui cuplu pentru luni, chiar ani de zile. Există cauze biologice (precum discrepanţa de bioritm), dar şi sociale (ca, de exemplu, decalajul ivit între programele de lucru al partenerilor). Cea mai frecventă cauză este însă de natură psihologică:

amândoi ar vrea să facă aici şi acum dragoste cu partenerul ideal, care nu este cel de alături. Pentru a elimina un astfel de decalaj hedonic, ambii parteneri trebuie să-şi acorde din când în când un timp suficient de lung, cum ar fi vacanţele sau *weekend-wile* prelungite, care să le permită să se adapteze şi să se redescopere reciproc nu numai din punct de vedere sexual, ci şi general uman.

Disfuncţia orgasmică Cam o treime dintre femeile active sexual au tulburări orgasmice. După cum menţionam mai sus, calificativul cel mai exact pentru ele nu este cel de frigiditate, ci acela de disfuncţie orgasmică. Sexologii disting trei feluri de astfel de disfuncţii:

1. *Disfuncţia primară*, a femeii care nu a avut niciodată orgasm. Această disfuncţie e strâns legată de incapacitatea generală a acelei femei de a trăi o plăcere. Am fost surprins să aflu că o bună parte dintre pacientele

mele nu aveau orgasm pentru că se temeau atât de tare de el, încât întrerupeau actul sexual imediat ce îl simţeau apropiindu-se.

2. *Disfuncţia secundară*, a femeii care, deşi a avut cândva orgasm, nu îl mai poate experimenta în prezent din cauza unor situaţii care au intervenit în viaţa ei sexuală. Aici îşi spun cuvântul traumele de natură sexuală, precum confruntarea cu violul, vinovăţia, boala aparatului genital, dar şi relaţia sexuală cu un partener nepriceput.

3. *Disfuncţia situaţională* este acea disfuncţie orgasmică manifestată de un bărbat sau o femeie doar în anumite situaţii. Una dintre cele mai răspândite astfel de situaţii este legată de partener: o femeie nu are orgasme cu un anumit bărbat (de exemplu, cu soţul ei), dar are în compania altuia (de exemplu cu… amantul). Frecventă este şi acea situaţie în care femeia are orgasm prin masturbare, dar nu-l mai are prin contact sexual.

Disfuncţii orgasmice au şi bărbaţii. Din cauza unor nevroze severe, a influenţei unor medicamente, sau a unei partenere nu tocmai potrivite, orgasmul bărbatului poate fi întârziat sau ratat prin pierderea erecţiei. De obicei, bărbaţii se arată mult mai afectaţi de lipsa orgasmului decât femeile şi de aceea nu întârzie să ceară ajutor medical. Ceea ce nu e rău…

Vaginism şi dispareunie

Cum să ai orgasm dacă ţi-e frică? în situaţii de stres acut, tot corpul tău se apără. Iar dacă ai vagin, până şi el se contractă. Această contractare a muşchilor aflaţi la intrarea şi în profunzimea vaginului se numeşte *vaginism*, manifestare considerată inamicul numărul unu al penetrării, mult mai redutabil decât prezenţa himenului. Insistenţa de a face sex vaginal cu o femeie care suferă de vaginism este o agresiune capabilă să ducă la o tulburare durabilă: *dispareunia*.

Dispareunia este dificultatea de a face sex în

condiţiile în care actul sexual devine dureros, în mintea femeii producându-se o asociere a sexului cu durerea, mai ales dacă bărbatul insistă să facă sex atunci când partenera lui nu se simte bine. Pe lângă aceasta, numeroase boli inflamatorii ale aparatului genital pot duce la dispareunie, motiv pentru care trebuie să ştii să faci diferenţa între gemetele de plăcere şi cele de durere (v. *Pragul durerii*, vol. I).

Ceea ce ştiu mai puţini este că şi bărbaţii pot suferi de dispareunie; penisul, uretra şi testiculele sunt organe deosebit de vulnerabile în faţa bolilor inflamatorii, care produc dureri locale total nepotrivite cu un act sexual satisfăcător. Tot o dispareunie masculină se instalează şi atunci când bărbatul este solicitat să facă sex de mai multe ori la rând, situaţie în care erecţiile devin dureroase, iar ejaculările survin greu, după îndelungi suprasolicitări mecanice. Ţine minte: tratamentul dispareuniei, provocată de afecţiuni locale, începe de obicei cu un repaus sexual, menţinut până când aparatul genital se află în perfectă stare de sănătate.

Se spune că el e de vină în zilele noastre există o mulţime de mituri legate de sexualitate, iar unul dintre ele spune că frigiditatea femeii se datorează nepriceperii bărbatului. Este pe deplin adevărat

că un bărbat agresiv, şovăielnic, grăbit, insensibil poate produce daune greu reparabile în dinamica sexuală a femeii, dar rolul esenţial în trăirea plăcerii sexuale a femeii îl are ea însăşi. Ce poţi face tu, ca fată, pentru a favoriza apariţia orgasmelor în viaţa ta sexuală?

— Îngrijeşte-te de sănătatea aparatului tău genital. Aceasta presupune consultaţii ginecologice periodice, evitarea chiuretajelor şi aplicarea manevrelor Kegel (v. *Sexul cu bile*);

— Fă dragoste cu persoana dorită;

— Învaţă să-ţi conştientizezi excitaţia sexuală. Pentru aceasta, trebuie să-ţi explorezi zonele erogene, să observi ce se întâmplă în corpul tău în prezenţa unei persoane plăcute, să-i comunici într-un fel partenerului senzaţiile tale erotice;

— Când faci dragoste, joacă alternativ, nu simultan, rolul de partener activ şi cel de partener pasiv.

— Rănile sexuale îmi aduc aminte că primele simptome de boală pe care le-am învăţat studiind medicina au fost grupate de către medicul medieval Celsus în sindromul ce descria inflamaţia: *rubor, dolor, tumor, calor et fundio laesa*, adică roşeaţă, durere, umflătură, căldură şi funcţie alterată. De câte ori vei observa că aparatul tău genital manifestă toate aceste simptome, să ştii că te paşte o boală acută, pe care trebuie s-o tratezi cu seriozitate. Astăzi, o astfel de afecţiune se numeşte BTS, adică boală cu transmitere sexuală. În trecut, ea se numea boală venerică, de la numele zeiţei dragostei la romani, Venus.

Gonoreea Pe vremea lui Napoleon, soldaţii se confruntau cu această boală mai ceva decât cu gloanţele, dată fiind includerea prostituatelor în dotarea armatei. Numele ei ştiinţific este *uretrita gonocodcă*, adică inflamaţia uretrei prin infectare cu gonococ, iar popular i se spune „sculament”, datorită erecţiilor prelungite şi dureroase pe care le produce. Primul semn de gonoree este apariţia la 3 – 5 zile de la contactul sexual a unei secreţii la început clare, apoi galben, cremoase. Apar usturimi la urinat, semn că, dacă nu va fi tratată, infecţia va afecta şi căile urinare şi testiculele, ducând chiar şi la infertilitate. La femeie, uretrita gonococică poate trece neobservată pentru că uretra ei este mult mai scurtă iar secreţiile sunt ceva obişnuit. Dar şi aici, gonoreea poate duce la complicaţii, infectând trompele uterine, articulaţiile, chiar şi valvele inimii.

Gonococul, cel care produce toate aceste necazuri, se poate transmite şi la nivel bucal, rectal şi ocular. De aceea, când un copil se naşte la maternitate, se pun imediat nişte picături în ochi, pentru că riscă să se infecteze cu gonococ din vaginul mamei… Noroc cu penicilina, căci gonococul este deosebit de sensibil la ea, cu o singură condiţie: să fie administrată în doză suficientă.

Pe lângă gonococ, mai există şi alţi germeni, cum ar fi *Chlamidia trachomatis*, care provoacă ceea ce medicii numesc *uretrita nespecifică*. Diferenţa faţă de uretrita gonococică constă în faptul că apare mai ales la parteneri mai educaţi, neavând nevoie de un mediu promiscuu pentru a se propaga, produce o secreţie clară, o mai prelungită usturime la urinat şi este sensibilă la tetraciclină şi eritromicină.

Herpes genital

Când faci vărsat de vânt, adică varicelă, virusul are ocazia să se cantoneze pentru toată viaţa în corpul tău. Tot aşa face şi o rudă de-a lui, virusul *Herpex simplex*. Virusul Herpes de tip I erupe din când în când la nivel bucal, sub forma unor băşicuţe dureroase, care apoi se sparg şi lasă o rană greu de vindecat. Virusul Herpes de tip II erupe de obicei la nivel genital, de unde poate fi luat sau dat, inclusiv prin sex oral. Dacă l-ai luat, în câteva zile îţi apar mici băşici dureroase pe mucoasa genitală, pe labii sau penis, în jurul anusului. Ele se vindecă singure în trei săptămâni, dar virusul continuă să trăiască în organism toată viaţa, erupând cam de patru

ori pe an, producând febră, dificultăţi de urinare, dureri de cap. Infecţia cu virusul *Herpes* nu se vindecă. Există doar unele vaccinuri care o pot preveni, precum şi medicamente de tipul *aciclovir*, care mai reduc erupţiile. În schimb, o astfel de infecţie creşte riscul de cancer la

nivelul aparatului genital.

Sifilis

În urmă cu doar câţiva ani, se credea că sifilisul este o boală a secolelor trecute. Dar, ca şi tuberculoza, această boală a revenit în trombă pe meridianele noastre, dovedind că suntem din ce în ce mai vulnerabili în faţa maladiilor cu transmitere sexuală. Deşi este mai puţin răspândit decât gono-reea, sifilisul are o gravitate mult mai mare.

Agentul patogen, numit *Treponema pallidum*, este răspândit prin contactul dintre organele genitale şi zona lezată a persoanei infectate, dar poate fi transmis şi de la mamă la făt, caz în care boala se numeşte *sifilis congenital*. Primul semn al sifilisului este *şancrul*, o leziune nedureroasă, rotundă, netedă şi cu marginile ridicate, ca un crater. Ea poate să apară pe organele genitale sau chiar în gură, în funcţie de tehnica sexuală folosită. De aici înainte, dacă nu este tratat, sifilisul va trece de la faza primară la cea secundară, manifestată printr-o erupţie, căderea părului, dureri ale membrelor, febră uşoară şi alte semne care imită simptomele altor boli.

Cel mai periculos stadiu este cel latent, când, datorită diminuării simptomelor, bolnavul crede că a scăpat şi nu se tratează. În acest timp, *Treponema* îşi vede de treaba ei, infiltrându-se în cele mai preţioase organe, cum ar fi vasele de sânge, creierul, oasele şi producând astfel *sifilisul terţiar*, care poate fi mortal sau poate duce la paralizii şi la alte complicaţii serioase.

Dacă ai făcut imprudenţa de a face sex neprotejat cu o persoană puţin cunoscută şi constaţi apariţia şancrului, medicul îţi poate recomanda o analiză numită Bordet-Wasserman, din care se poate deduce uşor dacă ai fost infectat cu *Treponema*. Urmând un tratament susţinut cu penicilină, te vei putea vindeca fără urme. Dacă ajungi însă la stadiul de sifilis terţiar, nimeni nu-ţi mai poate garanta acest lucru…

Păduchii laţi

Chiar dacă nu faci sex, tot poţi lua o boală venerică. De la toaletă publică, de pe lenjeria altei persoane, din sacul de dormit, de pe prosop sau prin contactul direct cu părul pubian al cuiva poţi căpăta o parazitoză numită *pediculosis pubis*. Parazitul, cunoscut sub numele popular de „păduche lat", e cât un ac de gămălie şi, privit la microscop, seamănă cu un crab. El se simte de minune în părul pubian, în care-şi depune ouăle, iar hrana lui este sângele recoltat prin înţepături, care-ţi provoacă mâncărimi şi unele suprainfecţii locale. Ca să scapi de acest parazit, trebuie să foloseşti loţiuni, creme sau şampoane care conţin benzen hexactorid.

Verucele genitale

Este suficient un singur contact sexual neprotejat pentru ca, după 2 – 3 luni, să te procopseşti cu veruce, care seamănă cu nişte mici buchete de conopidă apărute în zona genitală. Ele sunt produse de virusul *Papiloma* uman, virus atât de contagios încât se răspândeşte la două din trei persoane cu care cel infectat are contacte sexuale. Vegetaţia poate creşte repede răspândindu-se uşor; ele sunt dureroase dacă sunt iritate prin scărpinare sau contact sexual. Marele neajuns provocat de ele este riscul de a face cancer în zona pe care persistă. De aceea, verucele trebuie tratate la dermatolog cu acid tricloracetic, laser sau aplicaţii de acid azotic lichid (acesta din urmă fiind atât de rece, încât le face să cadă).

Candidoza în afară de bacterii, oamenii se mai pot infecta şi cu ciuperci. Una dintre ciupercile cele mai răspândite pe cale sexuală este *Candida albicans*, care în mod normal trăieşte în organele genitale ale femeii sănătoase, împreună cu alte microorganisme locale. Când femeia se află în situaţii pre

care, fiind afectată, de exemplu, de diabet, menstruaţie prelungită, efectele pilulelor anticoncepţionale, tratament cu antibiotice, ciuperca se înmulţeşte nepermis de mult şi produce *candidoza genitală*. Aceasta se manifestă prin depozite albe ca brânza, apărute în locurile cele mai ferite ale organelor genitale, cum ar fi cutele dintre labii sau şanţul de sub capul penisului. Până la urmă se ivesc o mâncărime şi o usturime atât de supărătoare, încât persoanei respective numai de sex nu-i arde. Ba chiar se pot ivi eczeme, nişte zone roşii zemuinde, situate între labii sau scrot şi coapse, foarte greu de vindecat. Trebuie să ştii că această ciupercă poate ajunge şi în gură sau chiar mai departe pe tubul digestiv în cazul în care, fiind într-una dintre situaţiile vulnerabile menţionate mai sus, ai contacte sexuale de tip oral cu persoana purtătoare de *Candida*. Candidoza se tratează cu antimicotice, dar şi prin ameliorarea situaţiilor precare menţionate mai sus.

Trichomoniaza

Trichomonas vaginalis este o adevărată minge de ping-pong care trece de la femeie la bărbat şi invers. Ea se poate dezvolta atât de abundent la femeie, încât ajunge să producă nişte secreţii albe sau gălbui care irită zona genitală şi produc un miros specific de peşte stricat. De aceea, după ce s-a excitat partenera cu degetul, n-ar fi rău ca băiatul să-l miroasă puţin înainte de a trece la penetrare… Nu de alta, dar trichomoniaza este un frecvent motiv de ceartă între parteneri pe teme de infidelitate, căci se transmite foarte uşor, mai ales că bărbatul nu manifestă niciun semn de boală; el doar o transmite. Cu toate acestea, el şi partenera lui trebuie să se trateze cu *metronidazol*, dacă vor să scape de trichomoniaza. Ar mai fi un detaliu: *Trichomonas* se poate transmite şi prin toalete, băi, lenjerii, nu doar prin contact sexual…

Hepatita

Există trei tipuri de hepatită: de virus A, transmisă prin alimente şi mâini nespălate, de virus B, transmisă prin sânge şi contacte sexuale, de virus C, transmisă prin sânge. Virusurile hepatitei afectează ficatul, cu o gravitate ceva mai mica în cazul hepatitei A şi cu efecte mult mai serioase la hepatitele B şi C Hepatita B, destul de gravă prin durata bolii şi severitatea complicaţiilor, este frecvent transmisă pe cale sexuală dar lumea pare să ignore acest lucru. Dacă vrei să te fereşti de hepatita B transmisibilă sexual, trebuie să foloseşti prezervativul, mai ales în cazul unui partener cu antigen B prezent în sânge.

Drumul spre bordel

Se spune că sexul comercial ar fi cea mai veche meserie din lume. Prin această afirmaţie, bărbaţii îşi exprimă dorinţa de a face din prostituţie o alternativă serioasă la viaţa de cuplu. Alături de adulter, prostituţia are o imagine interioară şi una exterioară, ambele foarte diferite de ceea ce se numeşte viaţa sexuală legitimă. Dar ce se întâmplă când o adolescentă, sau chiar un băiat, apucă să practice prostituţia înainte de a şti ce este viaţa în doi? Să vedem…

Cum poţi ajunge la bordel

La bordel poţi ajunge când eşti prea ascultătoare şi respecţi imaginea tatălui, reflectată în „peştele” sau clientul tău. Adesea, primul tău client poate deveni primul tău „peşte, adică omul care-ţi mijloceşte contactul cu un alt bărbat şi nego ciază cu acesta termenii sexului comercial pe care-l vei prac ţică. Relaţia cu aceşti doi bărbaţi („peştele” şi clientul) se apropie de triolism.

Tot la bordel poţi ajunge când ţi-e imposibil să recunoşti în faţa părinţilor sau a colegilor că nu eşti în stare să faci o carieră, dar ai nevoie de un anumit standard de viaţa, bie-care act sexual la schimb devine un efort similar cu acela de a merge la serviciu pentru bani. Acest lucru se potriveşte de minune cu adevărul incontestabil că,

pentru a ajunge la un act sexual, bărbatul e în stare de orice, chiar şi să plătească.

Prietena ta ţi-a făcut sau poate să-ţi facă lipeala cu primii clienţi. Îţi spune cât de uşor e, în timp ce tu o invidiezi pentru viaţa de lux pe care o duce: haine şic, restaurante, libertate, putere asupra bărbaţilor, o formă de respect la suprafaţă etc.

Băiatul şi prostituata

Există prostituate care îşi doresc foarte mult să aibă un copil. Din această cauză, ele devin generoase faţă de băiatul virgin, împins de prieteni sau chiar de tatăl lui să-şi înceapă viaţa sexuală într-un bordel. Cum e bine să se poarte băiatul?

În primul rând, un bărbat nu trebuie învăţat de o femeie să facă faţă dificultăţilor sexuale; chiar dacă nu ştie să înoate, i-ar pica mult mai bine să înveţe de la un bărbat decât de la femeia în faţa căreia ar vrea să se dea mare.

Al doilea impediment major vine din faptul că actul lui sexual este controlat de alţi bărbaţi; ei îl trimit la prostituată, ei îi stabilesc standardul, ei îl verifică după aceea. Nu exagerez spunând că aproximativ 10% din pacienţii mei cu dificultăţi sexuale şi-au început viaţa sexuală cu o prostituată, pe care fie au ajuns s-o iubească disperat, fie nu o pot compara cu nimeni, fie o asimilează psihic unei mame...

Feluri de prostituţie

Dacă vrei o „mamă”, ai de ales între următoarele tipuri: *Caii girl*, prostituata de lux, este cea solicitată prin telefon. Câştigă mult: cel puţin 100 de dolari la un client, dacă nu i se cer servicii în plus, cum ar fi sexul anal. Dar şi cheltuieşte mult datorită garderobei, restaurantelor în care se expune, transportului de lux etc.

Prostituata de bordel lucrează într-un stabiliment în

care clientul poate primi şi alte servicii: băuturi, filme, piscină, sporturi şi, desigur, masaj… El are avantajul de a-şi alege personal fata dorită, dar are şi un mai mare risc de a se alege cu o maltratare din partea „peştelui”.

Prostituatele de hotel, bar şi escortă par a fi un fel de paraziţi ai serviciilor respective, dar în realitate sunt elementul de atracţie al unor activităţi în aparenţă respectabile.

Prostituata de trotuar este cea mai de jos categorie, cu tarife de nici 10 dolari pentru un „scurt”, adică o partidă de sex oral efectuat în toalete sau alte locuri ferite. Deşi are veniturile cele mai mici, ea este cel mai adesea reţinută de poliţie, cea mai maltratată de către clienţi şi „peşti”.

O variantă a acestei categorii este *prostituata de şosea*, care face sex prin cabinele autovehiculelor; în România, ea provine de obicei din zona rurală şi are cunoştinţe foarte reduse cu privire la riscurile meseriei.

Prostituata de export este acea fată care nu rezistă tentaţiei de a-şi rezolva toate problemele materiale prin câţiva ani de muncă „afară”, mai ales că acolo e ferită de ochii comunităţii din care provine. Multe dintre aceste fete pleacă din ţară semnând contracte ca dansatoare, lucrătoare în bar, pe vapoare, la hoteluri sau diverse firme. Ele trebuie să treacă prin examene medicale, să plătească despăgubiri imense dacă renunţă la contract şi să se împace cu ideea că nu vor câştiga niciodată cât li s-a promis.

Prostituata adolescentă este cea mai îngrijorătoare categorie. Ea cuprinde fete de liceu şi chiar de şcoală, care se oferă pentru sume foarte mici, adesea pentru a ieşi dintr-un impas financiar sau chiar numai pentru a se răzbuna pe autoritatea părinţilor. Ceea ce nu ştiu ele este că sunt foarte căutate de către bărbaţii consumatori de prostituţie, paginile *web* din categoria XXX dedicând o

atenţie specială imaginilor cu un prim act sexual sau cu picanterii sexuale regizate pe fondul inocenţei acestor fete.

„Peştele", mare sau mic

„Peştele" este bărbatul, binefăcătorul, mentorul, protectorul, exploatatorul prostituatei. El o scoate din impas, îi face rost de clienţi, o învaţă meserie şi îi lasă cam 5% din încasări. Noroc că majoritatea prostituatelor fac bacşiş sau pot recurge la activităţi independente, ceea ce înseamnă că trebuie să lupte singure pentru „vadul" în care lucrează. O specie aparte

de „peşte" este „madama", femeia care exercită unele dintre atributele unui „peşte", mijlocind întâlnirea prostituatei cu clientul, învăţând-o să dobândească stil, mediind între ea şi colegele ei etc.

Viaţa unei prostituate

Cum face ea sex? Ce-i place? Ce nu poate face o prostituată? Deşi ştie să mimeze pasiunea, o prostituată face sex fără să se implice. Sau cel puţin aşa crede toată lumea... Majoritatea băieţilor care au frecventat pentru prima dată o prostituată spun că nu le-a plăcut răceala dintre ei şi nici femeia însăşi pe parcursul actului sexual comercial. În plus, unora li se pare că prostituatele vorbesc prea mult, folosind vulgarităţi pe care ei nu sunt obişnuiţi să le audă de la o femeie. Prostituatele de clasă înaltă se dau în vânt după consumaţia de la restaurant, atmosfera de lux, bacşişul oferit de client; în schimb, ele se pricep să instaureze o atitudine sexuală rafinată, preferând sexul clasic. Cele mai nevoiaşe ar oferi mai curând o felaţie, considerând că e periculos să accepte prea multă intimitate cu clientul. Femeia care practică sexul comercial încearcă de obicei să facă disocierea între meserie şi viaţa ei socială. În multe situaţii, ea se comportă ca o persoană respectabilă, nu vorbeşte despre meseria ei, iar dacă

trebuie s-o denumească într-un fel caută un termen onorabil, de obicei din domeniul artistic.

Între prostituate există ierarhii bine stabilite, în funcţie de categoriile menţionate mai sus. O prostituată de hotel se consideră insultată dacă e confundată cu una de trotuar. Ierarhia mai este stabilită şi în funcţie de experienţă, tarif şi relaţia cu „peştele”. Şi încă ceva: spre deosebire de alţi profesionişti, care, pe măsură ce avansează în vârstă, sunt respectaţi tot mai mult, prostituatele sunt desconsiderate pe măsură ce capătă experienţă şi îmbătrânesc…

De ce merg bărbaţii la bordel?

Ca orice relaţie comercială, prostituţia n-ar exista dacă n-ar exista clienţi. Din moment ce această afacere înfloreşte pe zi ce trece, înseamnă că bărbaţii au numeroase motive de a deveni clienţi. Iată câteva dintre aceste motive:

— Nu pot face performanţă sexuală decât cu o femeie care nu-şi doreşte orgasm. Una dintre aceste performanţe este sexul oral, pe care majoritatea băieţilor se simt obligaţi în faţa celorlalţi băieţi să-l aibă la activ;

— Nu pot ajunge la o parteneră adevărată, care cere prea multă politeţe, prea mulţi bani şi responsabilitate;

— Se descarcă de tensiunile abstinenţei atunci când le vine şi aşa cum le vine;

se răzbună pe partenera insuficient de activă sexual.

Romanian gigolo

Nu se poate spune că băieţii de pe la noi sunt cei mai potriviţi pentru cariera de gigolo (corespondentul masculin al prostituatei). Şi asta pentru că, în cele mai multe cazuri, băieţii noştri sunt predispuşi să-şi prelungească dependenţa faţă de mamă şi nu se pricep să-şi ia soarta în mâini. Aşa cum o prostituată poate pretinde că dansează sau face masaj clientului, un gigolo poate lucra sub acoperirea serviciilor de escortă şi protecţie. El are de

obicei cliente în vârstă, care dispun de bani dar nu pot atrage bărbatul dorit, din cauza alcoolismului sau a altei forme de degradare fizică, psihică sau morală. Pentru a putea trece peste inhibiţiile relaţiei cu femeia nedorită, unii gigolo folosesc droguri. Alţii preferă ca, înainte de a recurge la sexul cu clienta, să încerce s-o jefuiască sau s-o escrocheze în fel şi chip. O categorie interesantă din punct de vedere psihosocial sunt băieţii care lucrează ca gigolo pentru homosexuali. Ca şi ceilalţi gigolo, ei nu au nevoie de „peşti”, în schimb sunt racolaţi, formaţi şi exploataţi de anumiţi clienţi fideli.

Aluziile la sex – S-a întâmplat vreodată să constaţi că profesorul de matematică întârzie cu privirea mai mult decât ar trebui pe cor

pul tău? Sau că vă vorbeşte într-un anume fel, mai personal decât simţi că ar fi cazul? Sau că-şi permite glume care te fac să roşeşti? Ai constatat cumva acelaşi lucru şi când te-ai prezentat pentru un simplu control de rutină la medic? Sau poate ai constatat acelaşi lucru în faţa şefului?

Ce-o fi vrând de la mine?

Mi-amintesc cum, îndreptându-mă odată spre postul de radio de unde urma să transmit o nouă „lecţie particulară” în eter, am luat liftul împreună cu unul dintre băieţii care lucrează acolo. Şi pentru că aveam câteva etaje de urcat, eu – un psihiatru incorigibil chiar şi când trebuie să tai o găină pentru supă-m-am uitat în ochii lui în timp ce ne adresam unul altuia convenienţele obişnuite ale călătoriei cu liftul. M-am uitat ceva mai mult, se pare, şi-atunci privirea lui a alunecat aşa, în doi timpi, într-o parte. Mă gândeam: „Bietul băiat, o fi crezând că urmăresc ceva la el...” Când o persoană este privită insistent, ea poate avea un singur gând: că urmăreşti ceva la ea, mai precis

că-i faci vreo aluzie sexuală.

Pălăria sexuală

O persoană investită cu putere sau influenţă are pe deasupra şi o „pălărie sexuală". Mai exact: toate elevele, toţi pacienţii şi toate sportivele din lume riscă la un moment dat să se îndrăgostească în tăcere de profesorul, medicul, antrenorul lor.

Cum e posibil aşa ceva? vorbind despre viaţa sexuală în copilărie, spuneam că ea se desfăşoară mai întâi ca o cunoaştere de sine, prin autoerotism, şi abia după aceasta se trece la un partener apt de a fi cunoscut, cum ar fi o rudă ori un înlocuitor al părinţilor, investite cu o bună imagine, încredere şi putere. Pe lângă egocentrism şi animism, gândirea copilului este marcată şi de sincretism, adică de tendinţa de a judeca pornind de la concluziile altora. Aceasta face din copil o persoană naivă în aparenţă, iar din partenerul sexual foarte tânăr un partener în aparenţă naiv.

Două feluri de a asculta inima...

Deunăzi vorbeam cu o domnişoară de şaptesprezece ani despre o păţanie de-a ei cu un doctor. Doctorul, văzând că are o sumedenie de probleme neclare şi nu tocmai severe, s-a decis la un moment dat să-i asculte inima cu stetoscopul. Ea s-a conformat (cu o oarecare emoţie, pentru că era vorba de un doctor relativ tânăr, nu tocmai neplăcut şi nici dizgraţios). A acceptat să i se asculte inima, pentru că aşa trebuie să facă un pacient; în România, doctorii sunt investiţi şi cu putere, nu numai cu încredere. Prima dată, totul a decurs normal. A doua oară însă, doctorul a vrut din nou să-i asculte inima. Şi-atunci, ea s-a întrebat dacă nu cumva este un motiv sexual la mijloc. Până la urmă, făcând o pasiune pentru acest domn, i-a povestit întâmplarea prietenei ei, prietena i-a povestit mamei ei, iar mama prietenei i-a spus: „Să nu te mai prind că te duci la acest doctor! Este un afemeiat, aşa că fii

foarte atentă, că în curând o să ţi-o facă”.

Discuţia noastră s-a prelungit ceva mai mult, încercând să vedem dacă ea a sesizat momentul-limită când stetoscopul a devenit altceva decât un instrument medical, iar mâna doctorului, o mână care dorea să pipăie şi nicidecum să examineze clinic. Aşa că i-am pus câteva întrebări esenţiale: „Spune-mi, doctorul a lăsat stetoscopul şi te-a atins cu toată palma? „Ăă... nu, a spus ea”. „Dar s-a întâmplat să te mângâie?” „Nu, a spus ea, deşi poate c-ar fi fost ceva destul de interesant”. „Ei, în cazul acesta, i-am spus acestei domnişoare, nu putem vorbi încă despre o aluzie la sex”. Deşi poate că-n mintea doctorului exista sexul. Dar mai este ceva important de discutat: faptul că şi în mintea fetei exista sexul...

Dar cum arată o aluzie sexuală?

Dacă cineva care îşi exercită profesiunea împreună cu tine îţi face complimente nemeritate, dacă te priveşte insistent ca şi cum ar vrea să te hipnotizeze, dacă te studiază ca şi cum nu mintea, ci corpul tău ar fi mai important, dacă-ţi pune întrebări personale, nepotrivite în contextul profesional în care v-aţi întâlnit, dacă îţi face confidenţe prea devreme.

dacă atunci când te ascultă privirea îi coboară cât de puţin sub nivelul ochilor tăi, se poate spune că acel om doreşte prezenţa ta fizică.

Dacă acel om este profesor deocamdată, dar reuşeşte să pătrundă în spaţiul tău intim şi tu ai acceptat pe moment sau ai întârziat să spui NU, profesorul de matematică se transformă în bărbat. Iar un bărbat ştie că dacă o fată se împotriveşte, o poate face din mofturi şi-atunci merită insistat; el ştie că şi fata vrea, că şi şovăiala face parte din stilul ei; ştie că un bărbat trebuie să fie hotărât şi să continue cu orice preţ; ştie că are putere şi

poate şantaja dacă fata nu vrea deocamdată… Nu ezita, deci, să spui NU şi să arăţi clar că preferi ca el să-şi joace, ca înainte, rolul de profesor, medic, antrenor sau şef. Şi încă ceva: ar fi bine să-i spui toate acestea între patru ochi şi nu de faţă cu altcineva; nu de alta, dar un partener refuzat în public se transformă destul de uşor în inamic, pentru că refuzul i se pare ireversibil.

Iar cu şeful e şi mai greu…

Să zicem că începe vacanţa de vară şi te angajezi sezonier la o firmă. Ce faci dacă dai peste un şef cu un comportament ambiguu, despre care nu ştii prea bine dacă îţi face într-adevăr avansuri? Unii bărbaţi cred că pot controla toate femeile din lume şi ar putea-o alege pe oricare dintre ele, chiar dacă nu sunt foarte frumoşi. Ei sunt joviali, ştiu o sumedenie de bancuri, ştiu întotdeauna ce trebuie făcut într-o situaţie jenantă şi se simt siguri pe ei. Cam aşa poate să fie şeful tău… Bineînţeles că poţi face câteva lucruri, nu neapărat ca să afli dacă te vrea sau nu, deşi ştiu că, în subconştientul tău, există nevoia de a primi un răspuns şi la întrebarea asta; toate femeile vor să fie dorite dintre alte femei. Dar poate că vei dori să previi orice fel de eveniment care ar putea să-ţi afecteze serviciul, viaţa socială ş.a.m.d.

Ce metode ţin?

În Occident se folosesc foarte mult obiectele personale la serviciu; s-a ajuns chiar la emiterea unor reglementări despre aducerea căţelului la serviciu. Dar tu nu trebuie să-ţi aduci neapărat căţelul, ci – ghici ce? Fotografia prietenului! mai mult decât atât, prietenul tău trebuie să apară concret în viaţa şefului, iar pentru a fi concret, el trebuie atins. Prietenul tău trebuie deci să dea mâna cu şeful tău şi chiar să se lase pupat amical de el, mai ştii?! E ceva destul de simplu de făcut, dar nu abuza, pentru că prietenul tău n-are ce să caute toată ziua bună-ziua la tine la serviciu ca să discute cu şeful tău despre

pompe de benzină pentru maşină. Trebuie doar ca el să existe concret în viaţa şefului.

Mai poţi, de asemenea, să te comporţi pozitiv atunci când şeful tău are o atitudine pozitivă faţă de tine, dar când apare vreunul din simptomele pe care tocmai le-am înşirat, ai grijă să fie un „Nu!" undeva la mijloc. Bărbaţii (mai ales cei cu experienţă sexuală) ştiu să lucreze foarte bine sub acoperire profesională; spuneam că ei joacă roluri, cum ar fi cel al şefului, dar nu uita: uneori rolul se schimbă într-o secundă! Dacă sunt îndeplinite condiţiile pentru trecerea la rolul de bărbat, ea poate avea loc foarte repede. În plus, ai putea să-ţi lauzi şeful de faţă cu alţii spunând: „Şeful meu se poartă ireproşabil cu femeile". În fine, nu trebuie să foloseşti chiar cuvintele acestea, dar el ar putea să afle astfel că a fost lăudat pentru că se poartă respectuos cu tine...

Uneori i se întâmplă şi – profesoarei...

Dacă ea a trecut de o anumită vârstă, şi profesorii care ar fi trebuit să-i fie parteneri încă nu se uită la ea şi nu s-a căsătorit niciunul cu ea, dacă este o femeie care are de-a face cu mulţi băieţi într-o clasă, dacă iubeşte puritatea şi mai are încă puţin infantilism afectiv, doamna profesoară poate într-adevăr să înceapă într-o zi să-l iubească la nebunie pe unul dintre elevii ei. Veţi spune: „Dacă el nu vrea, degeaba îl iubeşte ea, că n-o să se întâmple nimic". Nicidecum, dragi prieteni! Bărbatul are rolul de a primi avansurile femeii şi de a le folosi ca atare. Dacă profesoara vine şi se dezbracă în faţa voastră, dragi băieţi, este de datoria voastră să faceţi ceva lăudabil în faţa colegilor, nu-i aşa? Şi uneori

asta înseamnă acces la o sferă mai înaltă decât aţi fi bănuit vreodată.

Ţine însă de doamna profesoară să ştie că ea face uz

de o imagine pe care poate a transformat-o în idol. Câţi elevi n-au măsurat cu privirea părţile cele mai apetisante ale profesoarei lor? Dar visul e vis. O dată concretizat de către doamna profesoară, el devine o realitate reglementată de legislaţie. Nu doar un bărbat poate fi pedepsit de Codul Penal pentru că abuzează de funcţia sa asupra unui minor, ci şi o doamnă. Bineînţeles că un bărbat nu se plânge niciodată şi deci niciun băiat n-ar face o plângere. Dar ar intra într-o confuzie teribilă. Cunosc câţiva astfel de băieţi care au dus o viaţă sexuală intensă şi oarecum aberantă cu profesoare mult mai în vârstă decât ei. Dezvoltarea acelor băieţi a rămas în stadiul în care femeia domină, ceea ce este greşit într-un fel, din punctul de vedere al rolurilor sexuale.

Dar inima continuă să bată...

Într-un film american foarte cunoscut se vorbeşte despre SIDA, droguri şi, de multe ori, despre aluzia sexuală din partea profesorului. În mod invariabil, avocaţii îi întreabă pe tineri:

„Te-a atins?*”* *„Da*!*”* *„Şi tu i-ai spus nu*! *Spune, ai zis nu*!*”* *„Da, am zis nu”*. *„Atunci mergem cu procesul înainte şi vom câştigat”*.

Ei, dar lucrurile nu sunt atât de simple ca la televizor! Avocaţii care pledează în acel caz nu pot auzi bătăile inimii unei eleve, mult mai rapide atunci când ea se întâlneşte cu profesorul cel tânăr...

Când sexul e o formă de abuz

Copilul este o persoană dependentă de îngrijitorul său, fiind vulnerabil faţă de mediul în care trăieşte. Părinţii, căci ei sunt cel mai adesea îngrijitorii legali, consideră încă dinaintea naşterii copilului că au anumite „drepturi” asupra lui. În realitate, acestea sunt drepturi exercitate în faţa statului sau a altor persoane, care decurg din statutul lor de îngrijitori legali (de exemplu, dreptul de a reprezenta interesele copilului încasând o indemnizaţie

în locul lui, vorbind în numele lui etc). Mulţi părinţi îşi înţeleg greşit drepturile, crezând că ele se reduc la cel de a poseda copilul, de a-l pedepsi, de a fi respectaţi de acesta... Din momentul în care un părinte capătă această convingere, el devine intolerant, căci limitele comportamentului său sunt tot mai înguste şi nu se mai adaptează situaţiilor de convieţuire cu copiii.

După cum vei vedea, abuz sexual nu înseamnă neapărat prea mult sex, ci obţinerea unor satisfacţii sexuale pe seama unei persoane lipsite de discernământ sau de dorinţa de a avea relaţii de natură sexuală cu abuzatorul. Pentru a înţelege mai bine conceptul de abuz, dar şi pentru a arăta că diversele forme de abuz interacţionează între ele, le voi defini pe toate în cele ce urmează.

Abuzul fizic

Cu sau fără voia lui, părintele joacă rolul administratorului, al şefului, al celui mai deştept, chiar al dictatorului. Poziţia de putere în care se plasează părintele îi favorizează acestuia comportamentul agresiv, mai ales când copilul îi încalcă limitele. De aceea, atunci când copilul primeşte o bătaie de la tată, aceasta nu se întâmplă pentru că a greşit într-adevăr cu ceva, ci pentru că a încălcat limitele acestui om. După cum vezi, bătaia este cea mai răspândită formă de abuz fizic. Ea apare deoarece:

— Unii oameni sunt convinşi că educaţia se bazează pe pedeapsă;

— Părinţii consideră că sunt singurii care au dreptul să-şi bată copiii;

— Părinţii nu ştiu ce să facă atunci când le sunt încălcate limitele;

părinţii (mai ales taţii) au nevoie de confirmarea puterii.

O altă formă de abuz fizic este exploatarea copilului prin muncă. Dar să nu sărim calul: nu trebuie să înţelegi

de aici că dacă mama îţi cere să speli vasele eşti exploatat! Aici e vorba în primul rând de munca prestată de copii pentru

profitul material al părinţilor. Abuzul sexual convieţuieşte adesea cu abuzul fizic. De un copil ajuns la dispoziţia unor astfel de părinţi se va abuza în diverse feluri, iar acest lucru se va repeta de multe ori, chiar cu persoane diferite.

Abuzul emoţional

Dacă abuzul fizic este „apanajul" taţilor, în schimb abuzul emoţional este „specialitatea" mamelor şi a bunicilor. Un exemplu foarte traumatizant, şi în acelaşi timp destul de răspândit, este şantajarea cu părăsirea. Pentru a-şi atenţiona sau pedepsi copilul, părinţii îi spun cam aşa ceva: „Dacă nu faci cum îţi spun eu, plec şi te las". În cadrul abuzului sexual, abuzatorul face uz de afectivitatea copilului pentru a-i câştiga încrederea; el îi spune: „Dacă mă iubeşti, atunci demonstrează-mi" sau: „Facem ce-mi place mie, altfel o să plec!" Sau: „Dacă spui cuiva ce am făcut noi, plec şi nu mă mai vezi niciodată, iar tu. vei fi pedepsit foarte aspru".

Abuzul verbal

După ce a fost învăţat că e urât să înjuri, copilul poate ajunge în situaţia de a fi înjurat chiar de cei care au pretenţia că îl educă. Adesea, el trăieşte o confuzie traumatizantă, căci una aude de la părinţi şi alta aude la şcoală sau la televizor. Folosite repetat, în conexiune cu alte forme de abuz, cuvintele sunt capabile să declanşeze reacţii emoţionale copleşitoare pentru copii, chiar dacă nu sunt vulgare. Îmi amintesc de o fetiţă de nici cinci ani, care a devenit dintr-odată palidă şi a început să tremure când i s-a cerut să adauge şi pantalonii omului pe care-l desenase. Observându-i reacţia, mama a întrebat-o: „Ce ai,

dragă? N-ai mai auzit cuvântul «pantaloni?»”, iar fetiţa s-a arătat de-a dreptul îngrozită. Mai târziu am aflat că tatăl ei abuza sexual de ea de doi ani de zile…

Abuzul cognitiv

Deşi literatura de specialitate privitoare la diversele forme de abuz nu foloseşte acest termen, îl voi introduce aici cu riscul de a-mi atrage câteva critici din partea colegilor de breaslă. Abuzul cognitiv se desfăşoară pe fondul nevoii copilului de a cunoaşte. La adult, această formă de abuz se numeşte manipulare şi este intens criticată, în timp ce la copil – nu se ştie de ce – este considerată legitimă. Iată câteva forme de manifestare a abuzului cognitiv:

1. *Embargo-ul pe informaţie*. Ignorând faptul că în felul acesta sustrag fragmente importante din jocul de *puzzle* al vieţii, părinţii nu te lasă să afli unele lucruri despre tine şi ceilalţi. De exemplu, ţi se permite să cunoşti consecinţele nefavorabile ale sexului, dar nu şi aspectele lui plăcute.

2. *Duplicitatea de atitudine*. Cât timp erai copil, puteai auzi în aceeaşi zi fraze care se contraziceau reciproc, precum: „Eşti prea mic pentru asta!” şi „Ai grijă, doar eşti mare de-acum!” Un astfel de comportament duce adesea la instalarea unui dublu standard în atitudinea celui tânăr. Tot duplicitar, părinţii le permit băieţilor lucruri pe care nu le permit şi fetelor. De exemplu, în timp ce fratelui i se permite să afle cum se conduce maşina, fetei i se refuză acest lucru. În acelaşi timp, băiatului nu i se permite să afle prea multe despre graviditate.

3. *Informaţia eronată*. În dorinţa de a-şi proteja copiii de „lumea rea” din jur, părinţii modifică uneori informaţia care ajunge la ei. Aşa se face că, după ce vreme îndelungată au avut dificultăţi de cuplu legate de sex, părinţii îşi justifică divorţul în faţa copiilor prin argumente false, precum epuizarea resurselor emoţionale şi financiare

sau conjunctura profesională.

4. *Confiscarea trăirilor*. Această formă de abuz cognitiv este deosebit de gravă. Pornind de la tendinţele tatălui de a stăpâni toate instrumentele casei şi ajungând până la tendinţele mamei de a lua asupra ei toate atribuţiile legate de îngrijire, copiii şi mai ales adolescenţii ajung să se simtă privaţi de încredere, răspundere şi succes, trăiri deosebit de importante pentru maturizarea lor.

Cum poţi diminua efectele negative ale abuzului cognitiv asupra ta? Prin participare. Nu e nevoie să întrebi insistent, trebuie doar să participi, cu un rol cât mai bine stabilit, la

ceea ce părinţii cred că pot face numai ei. Asta nu înseamnă că trebuie să te bagi neapărat în partidele lor de sex, dar ai putea, bunăoară, să iei parte la chefurile organizate cu prietenii lor; nici nu bănuieşti câte poţi afla de acolo...

O altă mişcare inteligentă este găsirea surselor de informaţie alternative. Când ai de luat o decizie importantă, nu e suficient să asculţi opinia unei singure persoane avizate, ci să cauţi o a doua părere. Ceea ce înseamnă că nu ar trebui să ţi se pară suficientă părerea părinţilor.

Neglijarea

Unele dintre cele mai abominabile crime ale omenirii au fost făcute prin omisiune. Pur şi simplu, un om vulnerabil a fost lăsat în voia sorţii, deşi cineva din jurul lui ar fi putut să-l salveze. Fie că e vorba de un copil nou-născut părăsit la gunoi, fie că un medic se face că nu vede un pacient aflat în stare gravă, tot cu o crimă prin omisiune avem de-a face. De cele mai multe ori, deşi nu duce la moartea victimei, omisiunea este prezentă, având efecte serioase asupra dezvoltării sau sănătăţii celui care

ar trebui să primească ajutor. În acest caz, omisiunea de care vorbeam mai sus se numeşte neglijare. Neglijarea este atitudinea unui părinte care-şi dă copilul afară din casă pentru a-l pedepsi şi tot neglijarea caracterizează şi situaţia în care mama îi spune fiicei: „Dacă rămâi gravidă, la mine să nu vii!”

Portretul unui abuzator sexual

Omul care te-ar putea privi ca pe un posibil obiect al unui abuz sexual are – în linii mari – următoarele caracteristici:

Ademeneşte, insistă, apoi ameninţă. În literatura anglo-saxonă de specialitate, ademenirea pe care o pune în practică pedofilul se numeşte *grooming*, cuvânt desemnând un fel de a face curte. El devine prieten al copilului vizat şi al celor din jurul lui, îşi construieşte relaţia şi organizează evenimentele astfel încât să rămână singur cu victima sa, lucru pentru care face chiar şi unele sacrificii. Insistenţele sale sunt

*WASH*E*D 2V*E *AbfD*

P > .

Al \! A_2*UT*” – *BVtâAWCVT*

d

jţ/ .

C-J.

de cele mai multe ori dulci-amare, fiind un amestec de oferte şi şantaje. După ce s-au consumat actele sexuale, abuzatorul se asigură că victima nu va deconspira ce s-a întâmplat, folosindu-se de puterea pe care o exercită asupra ei. De exemplu, o strânge puternic de braţ, o priveşte fix în ochi şi-i spune că, dacă suflă un cuvânt, ea sau cineva drag din anturaj (care poate fi chiar abuzatorul…) va avea de suferit.

Abuzatorul nu are întotdeauna o figură de obsedat

sexual. De cele mai multe ori este plin de solicitudine, agreabil şi poate avea o educaţie elevată; în schimb, în momentul în care agresiunea sexuală devine iminentă, îşi schimbă comportamentul, devenind imperativ. Dacă i se iveşte ocazia, va repeta abuzul asupra aceleiaşi victime; ba mai mult, o dată ajunsă victimă a unui abuzator sexual, persoana respectivă este predispusă să fie victimă a mai multora.

Înainte de a recurge la abuz, abuzatorul va avea de surmontat mai multe obstacole: opoziţia principiilor societăţii, a propriilor temeri, a victimei. Pentru a trece de opoziţia societăţii, el câştiga încrederea celor aflaţi în jurul victimei, asigurându-şi un statut care să-i permită accesul la intimitatea celui abuzat. Pentru a trece peste propriile reţineri, face apel la o serie de argumente convenabile şi la ritualuri care să-i procure justificări (de exemplu, îi atribuie victimei caracteristici de partener adult, joacă pentru o vreme rolul de victimă etc).

Cum arată victima unui abuz sexual?

N-ar fi bine să conturez aici un portret robot al victimei abuzului sexual; voi menţiona doar că există anumite categorii de copii şi adolescenţi expuse riscului unui abuz sexual. Iată ce le apropie unii de alţii pe cei care fac parte din aceste categorii:

— Nu ştiu mare lucru despre sex şi despre propriul corp;

— Sunt dependente de afectivitatea oferită de cei care-i îngrijesc;

— Puse în situaţii limită, reacţionează mai degrabă printr-o stare de inhibiţie, decât prin acţiunea în propriul interes;

e nu sunt investite cu încredere, ceea ce le face să fie mai puţin credibile în cazul destăinuirii abuzului.

Ce-i de făcut în preajma unui abuz sexual? Dacă regăseşti mai multe dintre aceste caracteristici în propria

personalitate, înseamnă că trebuie să iei unele măsuri, căci nu se ştie când se iveşte posibilitatea nefastă a unui abuz sexual. De aceea:

— Trebuie să ştii că trupul tău este numai al tău. Învaţă să-l stăpâneşti şi să-l aperi;

— Trebuie să-i vorbeşti unei persoane de încredere despre acei oameni din jurul tău care-ţi stârnesc suspiciuni;

— În situaţia nefericită a unui abuz sexual care s-a petrecut deja, abuzatorul trebuie denunţat la poliţie, pentru că este predispus să repete actul respectiv cu tine sau cu altcineva (nu uita, plăcerea sexuală este ceva ce se cere repetat). Dacă nu ştii sau nu vrei să faci un denunţ, poţi apela la cineva care se pricepe la aşa ceva: un lucrător social, un medic, un părinte, un profesor. După cum vezi, nu am pus părintele pe primul loc, pentru că uneori el se îndreaptă împotriva ta, considerându-te principalul vinovat pentru ce s-a întâmplat.

Abia acum îmi dau seama... La începutul activităţii mele în cadrul Centrului de Consiliere pentru Copil şi Familie al Organizaţiei Salvaţi Copiii, eram permanent în aşteptarea unor cazuri de copii de care s-a abuzat sexual. Dar, în loc de copii, centrul era inundat zilnic de domnişoare aflate la vârste între 17 şi 29 ani, care căutau lămuriri asupra unor întâmplări de natură sexuală petrecute în copilărie. De ce oare veneau aceste fete atât de târziu la medic? Răspunsul este relativ simplu: la vârsta de cinci ani, atingerea sexului unui bărbat este o experienţă fără nicio conotaţie erotică; în schimb, odată cu intrarea în vârsta la care sexul capătă însemnătate, incidentul din copilărie este conştientizat ca o catastrofă sexuală.

Avortul la bărbaţi

„Avortul la bărbaţi” nu este doar o sintagmă (aşa cum poate vă sugerează titlul), care deschide discuţia despre reacţiile bărbaţilor sau băieţilor în situaţia în care fata, prietena, iubita, femeia de lângă ei e nevoită să facă un avort. Vom vorbi despre cum pot ei prevedea că se va întâmpla aşa ceva şi ce urme lasă avortul în sufletul sensibil al bărbatului. Un băiat care ştie că prietena lui trebuie să facă un avort îşi spune în sinea lui: „Ea ştie mai bine ce trebuie să facă; este o treabă femeiască”.

Vedeţi fetelor, băieţii consideră că voi trebuie să ştiţi mai bine ce aveţi de făcut! Oare ştiţi voi mai bine ce să faceţi când se pune problema renunţării la o sarcină nedorită? Nu cumva voi de multe ori sunteţi foarte puţin informate în privinţa avortului? Nu cumva sunteţi mai puţin informate decât băieţii? Sau mai greşit informate?

Trebuie urgent să ştiţi cât mai multe despre avort!

Cuvântul avort vine de la *aboriri*, care în latină înseamnă „a face să dispară”. Da, asta îşi doresc oamenii de circa 5.000 de ani, de când tot încearcă să avorteze: să facă să dispară un produs conceput înainte de a se naşte, pentru că de fapt nu-şi doresc acel copil. Unii consideră că avortul este o metodă care previne sarcina. TOTAL GREŞIT! Avortul este o metodă contraceptivă retroactivă, adică o intervenţie realizată după ce s-a produs fecundarea şi sarcina s-a fixat de peretele uterului.

De frică sau de nevoie

Cei care trebuie să decidă asupra oportunităţii avortului sunt partenerii care au făcut dragoste. Dacă au făcut dragoste pentru a procrea, avortul e necesar doar dacă viaţa mamei sau a viitorului copil sunt în pericol. Dacă au făcut dragoste pentru a-şi împlini iubirea, avortul poate fi necesar cam în aceleaşi condiţii. Dacă au făcut dragoste pentru plăcere, atunci ea va face un avort de teamă că vieţile lor vor fi legate fără să-şi dorească acest lucru. Cele mai folosite pretexte sunt: „E prea devreme”,

„Am alte priorităţi”, „Ce-ar spune mama?”, „N-am cum să-l cresc. Ar fi un copil nedorit”, „Mi-e groază de sarcină”.

Dacă tot îl faci...

Cel mai bine (cel mai puţin rău) e să faci avort în primele două luni de sarcină. îl poţi face în diverse feluri, fie administrându-ţi unele preparate pe bază de hormoru (mai ales prostranglandine), fie prin metode chimice sau mecanice. Dintre metodele mecanice, cea mai modernă în România este cea prin vacuum, extrăgându-se pur şi simplu conţinutul uterului, care este aspirat cam cum aspiră o gospodină gunoiul din casă... în Occident există chiar şi mici dispozitive pentru avort la domiciliu, numite dispozitive pentru protejarea lunii de miere. De ce? Pentru că multe femei din Occident nu doresc să rămână însărcinate chiar în luna de miere, dar vor să facă sex nelimitat. Şi atunci, ele folosesc un fel de seringă mai mare, cu un tub flexibil care se introduce până în uter, de unde se trage până apare sângele. Şi apare tot sângele care putea exista în uter. Important este ca femeia să se uite bine în sânge şi să caute embrionul; dacă nu-l găseşte înseamnă că nu a făcut tot ce trebuia.

Vedeţi cât de crudă este chiar şi această metodă simplă la domiciliu? Atenţie! Un astfel de dispozitiv riscă să injecteze aer în circulaţia sangvină foarte bogată a uterului, acest aer putând să ajungă la vasele creierului sau chiar în circulaţia din jurul inimii, producând infarct prin embolie, aşa că e mai bine la doctor decât acasă.

Ceva ce nici doctorului nu-i place (*nu citi decât dacă eşti băiat*!)

Dacă sarcina a trecut de trei luni, se aplică metode din ce în ce mai „criminale”. De exemplu, este necesară dilatarea colului uterin pentru a se putea introduce instrumentele înăuntru. Dilatarea se face cu ajutorul unor cilindri din ce

În ce mai mari, scoţându-se cel mai îngust şi introducându-se unul mai larg, până se produce în col o gaură suficient de mare pentru ca medicul să poată lucra prin ea.

O altă metodă interesantă foloseşte pentru dilatarea colului o algă uscată. Un baton din această algă se introduce în colul uterin şi, din cauza umezelii locale, alga se tot umflă lărgind colul, astfel încât să se poată lucra prin această deschizătură. Pe acolo se introduce chiureta (un fel de linguriţă ascuţită pe margini, de la numele căreia vine denumirea chiu-retajului). Cu ea se răzuieşte întregul perete intern al uterului, lucru foarte dureros dacă este făcut fără anestezie. Dacă fătul e mare, el trebuie fragmentat cu foarfecă; dacă e şi mare şi capul nu poate ieşi prin dilataţia făcută, el trebuie găurit, pentru a se extrage creierul şi a putea fi turtit ca o minge de ping-pong. Ei, vă vine să vedeţi astfel de lucruri? Nu uitaţi că medicii din întreaga lume văd şi chiar trebuie să aplice astfel de metode, pentru a vă feri pe voi, dragi băieţi, de complicaţii sociale sau „morale”, cum le ziceţi voi.

De asemenea, se mai poate injecta în inima fătului clorură de potasiu, astfel încât acesta să moară. Clorura de potasiu se foloseşte şi pentru condamnaţii la moarte ai multor ţări în care încă mai este în vigoare pedeapsa capitală. Ea mai este folosită şi pentru femeile care nu doresc să aibă prea mulţi gemeni. Dacă sunt vreo cinci gemeni şi doar unii sunt viabili, cei neviabili sunt omorâţi prin această metodă.

Cam criminali aceşti doctori, nu-i aşa? Dar întotdeauna totul se face la dorinţa pacientului. Spun „a pacientului” şi nu „a pacientei” pentru că nu am văzut şi nu am auzit de nicio femeie care să-şi dorească un avort. Dacă le întrebi, toate ar vrea să se întoarcă la momentul erotic trecut şi să folosească o metodă contraceptivă

preventivă. Iar dacă nu v-aţi preocupat de contracepţie şi a apărut o sarcină, nu uita că ea are nevoie de tine pentru:

— A discuta despre teama ei că ar putea fi gravidă;

— A afla unde trebuie să meargă pentru întreruperea sarcinii;

— A avea un intermediar în relaţia cu doctorul;

— A o ajuta să ajungă acasă după avort;

— A se confrunta mai uşor cu sentimentul de vinovăţie;

— A i se vorbi despre viitor.

Moartea pasiunii

Dacă omul este o specie monogamă (făcută să aibă un singur partener pe tot parcursul vieţii), atunci cum se explică numeroasele situaţii care pot duce la despărţirea celor ce şi-au jurat iubire veşnică? Chiar şi femeia, care pare a-şi dori cu ardoare să rămână cu un singur bărbat pentru a-şi creşte copiii în siguranţă, este adesea tentată de relaţia cu un altul, care se apropie mai mult de bărbatul perfect. Ce face ca pasiunea iniţială, care i-a unit pe cei doi, să se stingă atât de uşor?

Asimilarea partenerului

Să fii cunoscut de omul care te iubeşte este, la prima vedere, o adevărată binecuvântare. Să ştie ce-ţi doreşti, ce nu poţi accepta nici în ruptul capului, să-ţi înţeleagă toate gândurile dintr-o privire… Dar dacă nu ai în tine spiritul creaţiei, poţi sfârşi destul de uşor prin a fi cunoscut pe deplin, atât în privinţa celor ce-au fost, cât şi într-a celor ce vor fi. Comportamentul tău devine un algoritm uşor de dedus şi până la urmă vei fi asimilat în conştiinţa partenerului, care se va obişnui cu tine aşa cum s-a obişnuit cu mâncatul unui măr. În limbajul de fiecare zi, aceasta se numeşte rutină. O dată ce ai intrat în rutină, partenerul tău va şti ce vei face mâine la ora cinci, cum vei reacţiona dacă-ţi va aduce flori, ce gânduri se învârt prin capul tău seara, la culcare… Fereşte-te de aşa ceva dacă

vrei ca iubirea lui să fie veşnică!

Ne-am certat definitiv

Puţine cupluri se destramă de bunăvoie. Şi asta pentru că oamenii tineri nu prea sunt în stare să-şi recunoască eşecul. Iar la aceasta se adaugă ataşamentul care se va fi dezvoltat între cei doi de-a lungul lunilor de convieţuire. Pentru unii, atracţia sexuală rămâne intensă, dar nu se mai înţeleg deloc pe subiecte „civile”. Pentru alţii, sexul pare a fi motivul de despărţire. De fapt, există două tipuri de conflicte între doi îndrăgostiţi:

— Conflictul iscat în vederea împăcării. Este acel tip de ceartă folosită de cei doi pentru a-şi testa reciproc limitele şi care duce până la urmă la o împăcare înflăcărată, menită să consolideze cuplul şi mai mult;

— Conflictul din orgoliu. În spatele acestui conflict se află instinctul de apărare a integrităţii personalităţii tale. Principiile învăţate de la părinţi, dar şi încăpăţânarea ta naturală, fac ca o simplă ceartă să meargă până-n pânzele albe, astfel încât despărţirea devine singura ieşire.

Mi-a spus că nu mă iubeşte

Să-i spui în faţă cuiva că nu-l iubeşti este la fel de devastator şi de inutil ca şi a-i spune că-l iubeşti. Unii băieţi îi spun încă de la început fetei că nu simt nimic pentru ea, iar relaţia lor este doar sexuală, şi ea tot se îndrăgosteşte. Alţii consideră că a spune „Te iubesc!” este un prag major al vieţii, echivalent cu logodna sau renunţarea la propriile interese.

Sfaturile binevoitorilor

Un bun psiholog poate detecta cu uşurinţă caracterul influenţabil al unei persoane. De exemplu, dacă psihologul se scarpină brusc la ureche, acea persoană se va scărpina la rândul ei, de aceeaşi parte, ca în oglindă. Într-un cuplu, se poate întâmpla ca unul dintre parteneri să fie deosebit de influenţabil; când se duce pe acasă capătă anumite

convingeri, iar după ce petrece ceva timp cu prietenă lui capătă cu totul alte convingeri. El e considerat un om bun, dar e enervant prin inconsistenţa comportamentului său. Iată câteva persoane care pot produce influenţe serioase în deciziile de cuplu ale unui om tânăr:

Mama. Nimeni nu se compară cu mama. Ea este femeia unică, a cărei sexualitate este atât de bine ascunsă, încât tot ce face pentru copilul ei îndrăgostit pare a fi mai important şi mai dezinteresat decât biata lui dragoste. Pentru a diminua influenţa mamei asupra partenerului tău, trebuie să ştii să continui pe teren propriu dragostea maternă, pe care el s-a obişnuit s-o primească de atâţia ani.

Fratele sau sora. Merită să ştii că, în multe familii, fraţii formează un fel de cuplu care intră într-o criză atunci când unul dintre ei iubeşte pe cineva din afara familiei. Această criză transpare clar când fratele ajunge să facă o inexplicabilă scenă de gelozie, susţinând că el este singura persoană care-l înţelege pe cel îndrăgostit.

Cel mai bun prieten. Atât băieţii, cât şi fetele se află într-o competiţie surdă cu propriii prieteni. Aşa că iată şi sfatul meu ca remediu împotriva influenţei din partea prietenilor: *chiar dacă este vorba de cel mai bun prieten de-al tău, confidenţele despre partenerul tău trebuie să fie limitatei*

Ne despărţim, dar rămânem prieteni!

De când e lumea, îndrăgostiţii sunt convinşi că iubirea lor va fi veşnică. Ea îi spune lui: „Chiar dacă vei fi cu alta, eu voi fi amanta ta”. Iar el îi spune ei: „Te voi găsi, oriunde vei fi, şi te voi lua cu mine!” Dar lucrurile se schimbă jalnic, pe măsură ce personalitatea unuia este asimilată de personalitatea celui care urmează să-l părăsească. Cel care rămâne în urmă este consolat de

prieteni cu fraza: „Nu mai suferi atâta, că e lumea plină de băieţi (sau fete)”. Cei doi parcurg stadiile tipice ale pierderii, dar vor fi ei în stare să se despartă cu demnitate?

Ştii să pierzi?

Unii băieţi nu sunt capabili să accepte ideea de a fi cei părăsiţi. După cum afirmă cercetătorii domeniului psihosocial, reacţiile în faţa despărţirii de persoana iubită sunt mult mai vehemente la bărbaţi decât la femei. Capacitatea primilor de a se confrunta cu pierderea se formează încă din copilărie, în vremea când li se puteau oferi alternative şi compensaţii pentru o dorinţă care nu li se împlinea. Pe parcursul dezvoltării, se conturează stadiile tipice ale reacţiei pe care oricare dintre noi o putem avea atunci când suferim pierderea cuiva drag sau a ceva important. Iată care sunt aceste stadii:

— Stadiul de negare, în care cel afectat nu poate să creadă că a pierdut. Ea spune: „Nu cred, nu se poate...”

— Stadiul de mânie, când este exprimat vehement dezacordul faţă de pierdere. Persoana care pierde spune adesea: „De ce tocmai mie trebuia să mi se întâmple asta?”

— Stadiul de târguiala, caracterizat de tendinţa la compromis; se pot auzi fraze precum: „Dacă nu făceam acea gafă, n-aş fi pierdut” sau: „Aş sta toată viaţa în genunchi, numai să se întoarcă!”

— Stadiul de disperare, caracterizat de renunţare la luptă, deprimare, autoacuzare. În acest stadiu pot surveni acţiunile necugetate, disproporţionate faţă de gravitatea despărţirii, cum ar fi suicidul;

— Stadiul de împăcare, survenit atunci când, găsind alternative sau compensaţii pentru pierderea suferită, persoana în cauză poate vorbi deschis şi fără resentimente despre ceea ce i s-a întâmplat.

Dacă îi eşti prieten adevărat unei astfel de persoane, o poţi ajuta să parcurgă aceste stadii căci uneori se întâmplă ca ea să rămână în vreunul din ele un timp mult

prea îndelungat.

Despărţirea schimbă oamenii

Dacă vrei să trăieşti o experienţă inedită şi să înveţi multe lucruri în timp scurt, du-te la tribunal! Vei înţelege acolo ce-i poate trece prin cap unui om care urăşte din toată inima, dar mai ales ce se alege dintr-un cuplu aparent perfect, dar care a întemeiat o familie şi apoi s-a destrămat. Deşi majoritatea celor care divorţează şi-au promis că se vor despărţi în bună înţelegere, pe parcursul a numai câtorva luni de tribunal ajung să se lupte pe viaţă şi pe moarte pentru vreo pernă sau vreo furculiţă. Această ură ia locul iubirii printr-un mecanism foarte simplu: între cei doi nu fusese vorba despre o iubire adevărată, ci despre un efort prelungit de a avea o relaţie.

Merită a doua şansă

Oamenii sunt alţii în fiecare zi: se trezesc dimineaţa şi au toate şansele să fie buni; dar ceea ce se întâmplă în jurul lor îi predispune adesea la reacţii tipice unor indivizi răi. Adesea, despărţirea temporară faţă de un astfel de om este cea mai bună soluţie. Ea trebuie să se desfăşoare după un principiu care merită mai multă atenţie în zilele noastre: principiul deciziei reversibile. Mitul modern conform căruia decizia luată este definitivă ne este profund dăunător. Dacă El este cel care îşi doreşte despărţirea şi tot El este cel care vrea să se întoarcă, trebuie să se ştie că bărbatul care se întoarce este mult schimbat în bine, căci experienţa este un factor important de accentuare a masculinităţii. Dar mai trebuie adăugat ceva: nu încerca să reînnozi relaţia făcând-o „aşa cum a fost” înainte de despărţire. Nu va mai fi niciodată aşa cum a fost...

S-a terminat înainte de a începe

„Nu strica prietenia noastră prin sex”, poţi auzi

adesea, mai ales de la o faţă. Iar băiatul îşi dă seama, bietul, că toată prietenia pe care a urzit-o pentru a o avea pe Ea, se înfundă ca un drum comunal, fără ca măcar un sărut serios să fi avut loc între ei. De aici rezultă o concluzie pentru tine, dragă fată: adesea, prietenia cu un băiat poate ascunde în adâncurile ei dorinţa acelui băiat de a fi cu tine şi din punct de vedere erotic. Prin aceasta, prietenia unui băiat cu o fată diferă de prietenia lui cu un alt băiat, întemeiată mai ales pe nevoia de a avea o competiţie pozitivă cu unul de seama lui.

O altă expresie legată de sexul care n-a fost sună cam aşa: „Îmi pare rău că n-am făcut-o cu el”. Prin aceasta, fata îşi exprimă regretul că nu şi-a început viaţa sexuală cu un băiat pe care-l dispreţuia la acea vreme, dar care s-a dovedit a fi un partener mult mai potrivit decât cei care au urmat în viaţa ei. Ce-ar trebui să facă ea: să se întoarcă la acel băiat din trecut? Poate că ar merita, mai ales dacă el nu percepe aceasta ca o simplă invitaţie la sex. Întoarcerea la cel care a fost nu trebuie să arate ca o reînnodare a ceva perimat, ci ca o nouă relaţie, bazată pe experienţa câştigată între timp.

Cum s-o laşi pe mai târziu

După cum îţi vei da seama când vei avea copii, amânarea este gestul de aur al maturităţii. Ce este mai greu oare: să te convingi pe tine să amâni ceea ce-ţi vine să faci, sau să-l convingi pe altul să amâne ceea ce-i vine să facă? Când vrei să te convingi pe tine însuţi să amâni ceva plăcut, nu trebuie să renunţi la acel ceva, ci să găseşti ceva superior. Întotdeauna, cunoaşterea a ceva superior trece prin cunoaşterea de sine. Tot aşa ar fi bine să procedezi şi când vrei ca partenerul sau partenera să-şi amâne plăcerea pe care vrea s-o obţină de la tine: dându-i ocazia să se cunoască pe sine mai bine decât până atunci.

Epilog

Ai ţinut vreodată un copil în braţe? E cel mai viu

lucru pe care-l poţi atinge pe Pământ. Când s-au născut copiii mei şi m-am dus să-i privesc, simţeam că mă uit prin fereastra timpului la mine însumi, dar nu numai la mine; mai era acolo cineva. Uitasem că sunt medic şi aveam senzaţia că aceeaşi taină care m-a creat pe mine i-a zămislit şi pe ei. Îmi dădeam seama că făcusem dragoste ca să-i am pe ei, dar ceva scăpa înţelegerii mele: nu mai ştiam precis cum făcusem… Această carte m-a ajutat să-mi amintesc, iar acum ţi-o ofer ţie ca s-o păstrezi în minte.

Cuprins

Redactor LAURA PAMFIL
Apărut 2002 BUCUREŞTI – ROMÂNIA
Tiparul: R.A. „MONITORUL OFICIAL”.
J
Din cuprinsul volumului I
— Centura de castitate
— Băieţii virgini
— Competiţia în dragoste
— Sex înainte de căsătorie
— Visul erotic
— Oceanul de fantasme
— Complexe legate de sex
— Dimensiuni care contează
— Orgasmul feminin
— Orgasmul masculin
— Pragul durerii
— Repulsia, duşman al sexului
— Cum să fii aleasă
— Combinaţii şi lipeli
— Cu prezervativul pe tine

Adresele cabinetelor SECS

Pentru a vă putea decide asupra metodei contraceptive pe care o veţi folosi, adresaţi-vă cabinetelor de planificare familială. Cabinetele de Planificare Familială SECS vă oferă: metode contraceptive moderne, educaţie sexuală, consiliere, examene de laborator, consultaţii de ginecologie, consiliere psihosexuală.

Vă aşteptăm ALBA

Adresa: Str. Moţilor 28, Alba Iulia Tel. /fax: (058) 813

132 E-mail: cabinet. absecs.ro ab secscristalsoft.ro

BUCUREŞTI

Adresa: Bd. Iuliu Maniu 1 – 3, Complex Studenţesc LEU

Tel.: (01) 411.39.91; 092 400 438

E-mail: cabinet. bsecs.ro; cabinet. secs. leuxnet.ro

CĂLĂRAŞI

Adresa: Str. Flacăra, al. 17, ap. 2, Călăraşi Tel. /fax: (042) 314179 E-mail: cabinet.clsecs.ro filimoncalarasi-colmed.ro

CLUJ

Adresa: Str. Fabricii de Zahăr 11, ap. 31, Cluj Tel. /fax: (064) 445015 E-mail: cabinet. qsecs.ro secsmail. sor osq.ro

CONSTANŢA

Adresa: Str. B-dul Tomis, nr. III Tel. /fax: (041) 547480 E-mail: cabinet. ctsecs.ro cabinetsecs-ctxnet.ro

IAŞI

Adresa: Str. T. Vladimirescu, nr. 81 Tel. /fax: (032) 272 996 E-mail: cabinet.issecs.ro secsiasimail. dntis.ro

SIBIU

Adresa: Str. Victoriei 31, parter, cămin studenţesc Tel. /fax: (069) 217 749 E-mail: cabinet.sbsecs.ro secsmagicnet.ro

TÂRGU MUREŞ

Adresa: Aleea Haţeg, nr. 12, ap. 1, Târgu Mureş Tel. /fax: 065/ 255520 E-mail: cabinet.mssecs.ro secs msnetsoft.ro

TIMIŞOARA

Adresa: Str. Holdelor, nr. 2, al. B 91, se A, ap.2 Tel. /fax: (056) 281 453 E-mail: cabinet.tmsecs.ro timişsecsmail. dnttm.ro

TULCEA

Adresa: Str. Mahmudiei 17, Tulcea Tel.: (040) 514699; Fax: (040) 517637 E-mail: cabinet. tisecs.ro

vbogdanxăm.ro

TURNU SEVERIN

Adresa: Str. Crişan, nr. 3, al. A0, ap2, Turnu Severin Tel. /fax: (052) 3 i5 360; 092 211 990 E-mail: cabinet.mhsecs.ro secs mh@yahoo.com în seria Humanitas Junior va apărea

TALON DE COMANDĂ

Carte Humanitas prin poştă

Citiţi pe verso despre avantajele utilizării serviciului nostru direct de distribuţie şi despre procedura de comandă.

MIRCEA CĂRTĂRESCU ENCICLOPEDIA ZMEILOR

Ilustraţii color de TUDOR BANUŞ

Toată lumea ştie ce este un zmeu: o figură mitologică de origine, se pare, sârbo-croata, care populează cu generozitate imaginarul mitologic românesc, înfăţişându-se ca o creatură semiumană, aprigă la mânie şi îngrozitoare la vedere.

Oricâte basme cu zmei veţi fi citit sau ascultat, mai sunt o mulţime de lucruri pe care se cuvine să le ştiţi în privinţa acestor făpturi: cum sunt alcătuite pe din afară şi pe dinlăuntru, câte specii şi varietăţi de zmei există pe lumea asta, ce geografie are universul lor, ce istorie au, cât de bine stau la capitolul arte şi meserii, sau, de pildă, ce istorioare le spun zmeoaicele zmeişorilor lor înainte de culcare.

Tocmai de aceea, Mircea Cărtărescu, remarcabil specialist în zmeologie (ştiinţa universului zmeilor) şi atent iscoditor în lumea celor nevăzute, a adunat pentru voi toate aceste lucruri sub titlul *Enciclopedia zmeilor*. împreună cu celebrul ilustrator Tudor Banuş, autorul reuşeşte să vă ofere o imagine completă a acestui univers, care nu este nici pe departe atât de înfricoşător şi ameninţător cum vi s-a spus, poate, până acum.

În ceea ce-i priveşte pe cei trecuţi de prima tinereţe,

ei vor descoperi în această carte o lectură încântătoare pentru orice vârstă, o pledoarie pusă în slujba inteligenţei şi spiritului ludic, plină de umor şi de subtilităţi literare. Din acest motiv, nu ne îndoim că apariţia acestei cărţi va constitui evenimentul editorial al anului.